

**LAPORAN INDIVIDU
PRAKTIK PENGALAMAN LAPANGAN (PPL)**

**Lokasi
SMA N 3 BANTUL
TAHUN 2016**

Disusun sebagai
Tugas Akhir Pelaksanaan Kegiatan PPL
Dosen Pembimbing Lapangan
Drs. Suhadi, M.Pd



Disusun oleh:
Edwin Aridharmawan
NIM. 13601241101

**PENDIDIKAN JASMANI KESEHATAN DAN REKREASI
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA
2016
HALAMAN PENGESAHAN**

Yang bertanda tangan di bawah ini, kami pembimbing kegiatan PPL di SMAN 3 Bantul Tahun 2016, menerangkan dengan sesungguhnya bahwa mahasiswa di bawah ini:

Nama : Edwin Aridharmawan

NIM : 13601241101

Jurusan : Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi

Fakultas : Fakultas Ilmu Keolahragaan

Telah melaksanakan kegiatan PPL di SMA NEGERI 3 BANTUL mulai hari Jumat, 15 Juli 2016 sampai dengan hari Kamis, 15 September 2016. Hasil kegiatan tercakup dalam naskah laporan ini.

Bantul, 15 September 2016

Mengetahui

Dosen Pembimbing PPL
SMAN 3 Bantul

Pelaksana PPL
SMAN 3 Bantul

Drs. Suhadi, M.Pd

NIP. 1600505 198801 1 006

Edwin Aridharmawan

NIM. 13601241101

Mengesahkan

Koordinator PPL
SMAN 3 Bantul

Guru Pembimbing
SMAN 3 Bantul

Dra. Hastiti

NIP.19650528 199003 2 006

Kuntoro Danar D, S. Pd

Kepala Sekolah
SMAN 3 Bantul

Drs. Endah Hardjanto,M.Pd

NIP. 19631115 1990031 007

KATA PENGANTAR

Puji syukur kehadiran Allah SWT yang telah melimpahkan rahmat serta hidayah-Nya, sehingga penulis dapat menyelesaikan kegiatan Praktik Pengalaman Lapangan (PPL) yang diselenggarakan dari tanggal 15 Juli – 15 September 2016 dengan lancar sesuai dengan program yang telah direncanakan. Penyusunan laporan ini bertujuan untuk memberikan gambaran tentang serangkaian kegiatan PPL yang telah dilaksanakan di SMA N 3 Bantul.

Laporan ini merupakan syarat untuk menyelesaikan mata kuliah PPL mahasiswa Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi. PPL merupakan salah satu mata kuliah yang bersifat praktik, aplikatif dan terpadu dari seluruh pengalaman belajar yang telah dialami oleh mahasiswa. Oleh karena itu PPL diharapkan dapat memberikan :

1. Pengalaman kepada mahasiswa dalam bidang pembelajaran dan manajerial di sekolah atau lembaga dalam rangka melatih dan mengembangkan potensi keguruan atau kependidikan.
2. Kesempatan kepada mahasiswa untuk dapat mengenal, mempelajari, dan menghayati permasalahan di lingkungan sekolah atau lembaga, baik terkait dengan proses pembelajaran maupun kegiatan manajerial kelembagaan.
3. Peningkatan terhadap kemampuan mahasiswa dalam menerapkan ilmu pengetahuan dan keterampilan yang telah dikuasai kedalam kehidupan nyata di sekolah atau lembaga pendidikan.
4. Peningkatan hubungan kemitraan antara Universitas Negeri Yogyakarta dengan pemerintah daerah, sekolah, dan lembaga pendidikan terkait.

Selama pelaksanaan kegiatan PPL hingga penyusunan laporan ini tentunya tidak lepas dari dukungan, bantuan, bimbingan, dan saran dari berbagai pihak. Oleh karena itu, penulis mengucapkan terimakasih kepada:

1. Bapak Prof. Dr. H. Rochmat Wahab selaku Rektor Universitas Negeri Yogyakarta

2. Tim LPPMP selaku koordinator PPL terpadu yang telah memberikan ijin dan bekal untuk dapat melaksanakan PPL.
3. Bapak Drs. Endah Hardjanto, M.Pd selaku Kepala SMA N 3 Bantul yang telah memberikan ijin dan bimbingan kepada penulis untuk dapat melaksanakan PPL di SMAN 3 Bantul.
4. Ibu Dra. Yuliati, M.Kes selaku Dosen Koordinator Pendamping Lapangan yang telah memberi motivasi dan bimbingan.
5. Bapak Drs. Suhadi, M.Pd selaku Dosen Pembimbing Lapangan PPL Jurusan Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi yang telah memberikan bimbingan, arahan, masukan-masukan dan pemantauan kegiatan PPL hingga penyusunan laporan ini.
6. Bapak Kuntoro Danar Dono, S.Pd. selaku guru pembimbing yang telah memberikan bimbingan dan petunjuk selama pelaksanaan praktik mengajar.
7. Kedua orang tua, Ayah dan Ibu salam sayang selalu atas do'a dan keridhoannya yang selalu menguatkan, mendukung dalam setiap aktivitas selama menjalankan PPL.
8. Rekan-rekan kelompok PPL SMA N 3 Bantul dari berbagai jurusan, atas kerjasama dalam menyukseskan program PPL.
9. Seluruh peserta didik SMA N 3 Bantul khususnya kelas XI IPA 4, XI IPS 1,2,3, XII IPA 1,2,3,4 dan XII IPS 1,2 yang telah memberikan keceriaan, dukungan, dan semangat selama melaksanakan kegiatan praktek mengajar. Tawa canda yang selalu dirindukan.
10. Seluruh pihak yang telah membantu penulis dalam menyelesaikan program PPL individu.

Dengan sepuh hati penulis menyadari bahwa laporan ini masih jauh dari kata sempurna. Untuk itu, saran dan kritik yang bersifat membangun penulis harapkan demi sempurnanya laporan ini agar dapat memberikan sumbangsih dan bahan pemikiran bagi kita semua.

Akhir kata, semoga laporan ini bermanfaat bagi kita untuk memperkaya ilmu dan wawasan di masa sekarang dan yang akan datang.

Bantul, 15 September 2016

Penyusun,

Edwin Aridharmawan

NIM. 13601241101

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	i
HALAMAN PENGESAHAN	ii
KATA PENGANTAR	iii
DAFTAR ISI	vi
DAFTAR LAMPIRAN	vii
ABSTRAK	viii
BAB I PENDAHULUAN	
A. Analisis Situasi	2
B. Perumusan Program dan Rancangan Kegiatan PPL	13
BAB II PERSIAPAN, PELAKSANAAN, DAN ANALISIS HASIL	
A. Persiapan PPL	16
B. Pelaksanaan PPL	21
C. Analisis Hasil Pelaksanaan PPL	27
BAB III PENUTUP	
A. Kesimpulan	33
B. Saran	33
DAFTAR PUSTAKA	35
LAMPIRAN	

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran	Kalender Akademik SMAN 3 Bantul Tahun Ajaran 2016/2017
Lampiran	Silabus Mata Pelajaran Penjasorkes Wajib Kelas XI
Lampiran	Program Tahunan Mata Pelajaran Penjasorkes
Lampiran	Data Siswa SMA N 3 Bantul Tahun Ajaran 2016/2017
Lampiran	Analisis PBKB
Lampiran	Jadwal Mengajar dan Laporan Tatap Muka
Lampiran	Matriks PPL
Lampiran	Catatan Mingguan Pelaksanaan PPL
Lampiran	RPP Kelas XII
Lampiran	RPP Kelas XI
Lampiran	Daftar Presensi
Lampiran	Daftar nilai
Lampiran	Laporan Dana Pelaksanaan PPL
Lampiran	Soal MID semester ganjil SMA N 3 Bantul
Lampiran	Dokumentasi

**PRAKTIK PENGALAMAN LAPANGAN
DI SMA N 3 BANTUL
Oleh: Edwin Aridharmawan
NIM: 13601241101**

ABSTRAK

Program Praktik Pengalaman Lapangan (PPL) adalah salah satu cara mengenalkan mahasiswa dengan dunia pekerjaan yang sebenarnya. Program PPL memiliki tujuan untuk mengembangkan potensi mahasiswa sebagai calon guru atau pendidik atau tenaga kependidikan. Mata kuliah PPL mempunyai sasaran utama yaitu masyarakat sekolah, baik dalam kegiatan yang terkait dengan pembelajaran maupun kegiatan yang mendukung berlangsungnya pembelajaran. Kegiatan PPL diharapkan dapat memberikan pengalaman belajar yang sangat mengesankan bagi mahasiswa, terutama dalam hal pengalaman pembelajaran.

Praktik Pengalaman Lapangan dilaksanakan di SMA N 3 Bantul, beralamat di Gatot, Tirtorejo, Bantul dan berlangsung dari tanggal 15 Juli 2016 sampai dengan 15 September 2016. Kegiatan yang dilakukan praktikan pada PPL kali ini yaitu mengajar Mata Pelajaran Olahraga kelas XII IPA 1, IPA 2, IPA 3, IPA 4, XI IPA 4, IPS 1, IPS 2 dan IPS 3. Rancangan kegiatan PPL terdiri dari persiapan PPL, pelaksanaan PPL, dan penyusunan laporan.

Persiapan Praktik Mengajar meliputi: observasi pembelajaran di kelas yaitu persiapan perangkat pembelajaran, perilaku siswa, sarana dan prasarana yang dilaksanakan pada tanggal 15 Juli 2016, pembuatan persiapan mengajar yaitu persiapan diri dan pembuatan perangkat pembelajaran seperti: RPP, LKS, dan Media Pembelajaran.

Pelaksanaan Praktik Mengajar meliputi: observasi lapangan dan observasi proses belajar mengajar, penerjutan dilakukan pada tanggal 15 Juli 2016, kegiatan pembelajaran yang dilakukan tanggal 18 Juli-15 September 2016 yaitu kelas XII IPA 1, IPA 2, IPA 3, IPA 4, XI IPA 4, IPS 1, IPS 2 dan IPS 3. Maka dari itu kegiatan PPL dapat dijadikan sebagai wahana untuk pembentukan calon guru atau tenaga kependidikan yang profesional, yaitu untuk menjadi pendidik yang berbudi luhur dengan mengamalkan Pancasila yang mana pada kegiatan PPL ini praktikan dapat menerapkan pengalamannya dalam mengajar, bukan hanya dalam bangku perkuliahan tetapi juga ilmu akademis yang lain yang erat kaitannya dengan Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan.

Kata kunci: *Laporan, PPL, SMA N 3 BANTUL*

BAB I PENDAHULUAN

Usaha peningkatan efisiensi dan kualitas penyelenggaraan proses pembelajaran terus dilakukan, termasuk dalam hal ini mata kuliah lapangan seperti Mata Kuliah Praktik Pengalaman Lapangan (PPL)/ Magang III. Mata kuliah PPL/ Magang III mempunyai kegiatan yang terkait dengan proses pembelajaran maupun kegiatan yang mendukung berlangsungnya pembelajaran. Mata Kuliah ini diharapkan dapat memberikan pengalaman belajar bagi mahasiswa, terutama dalam hal pengalaman mengajar, memperluas wawasan, pelatihan dan pengembangan kompetensi yang diperlukan dalam bidangnya, peningkatan keterampilan, kemandirian, tanggung jawab, dan kemampuan dalam memecahkan masalah.

Praktik Pengalaman Lapangan (PPL) adalah langkah yang strategis untuk melengkapi kompetensi mahasiswa calon tenaga kependidikan. PPL mahasiswa dapat mendharmabaktikan ilmu akademisnya di lapangan. Dengan demikian mahasiswa dapat memberi dan menerima berbagai keilmuan yang dapat menghantarkan mahasiswa menjadi calon tenaga pendidik profesional. Peningkatan kualitas PPL terus dilakukan secara progresif sesuai dengan visi dan misi PP PPL dan PKL. Peningkatan kualitas secara linier dilaksanakan semenjak pembekalan, pengajaran mikro, supervisi klinis, monitoring, refleksi, dan evaluasi serta dilakukan penelitian dan pengembangan.

Praktik Pengalaman Lapangan (PPL) Universitas Negeri Yogyakarta merupakan salah satu mata kuliah di UNY yang harus ditempuh setiap mahasiswa UNY. PPL merupakan suatu kebutuhan dari suatu instansi dalam rangka pengembangan sumber daya manusia dalam hal ini mahasiswa mempunyai tugas untuk membagi ilmunya yang telah didapatkan di Universitas kepada siswa-siswi di sekolah. Visi PPL adalah *“Menjadi institusi dalam pelayanan PPL dan PKL untuk mencetak tenaga kependidikan dan non kependidikan yang profesional berwawasan global”*. Sedangkan Misi PPL adalah :

1. Memberdayakan daya dukung sehingga mahasiswa siap melaksanakan PPL dan PKL yang profesional berwawasan global.
2. Mengembangkan jejaring kerjasama PPL dan PKL dengan lembaga pendidikan dan non kependidikan
3. Memberikan layanan profesional dalam pelaksanaan PPL dan PKL

4. Mengembangkan, mengkaji dan mengendalikan pelaksanaan PPL dan PKL dalam mendukung mutu tenaga pendidik dan non kependidikan.

PPL yang dilaksanakan harus memenuhi empat prinsip. Keempat prinsip tersebut adalah dapat dilaksanakan adalah :

1. PPL pada dasarnya merupakan manajemen dan waktu serta atau pengelolaan mencakup pengelolaan program maupun pelaksanaannya.
2. Beban mahasiswa mengikuti program PPL setara dengan keterpanduan bobot sks dari kedua mata kuliah tersebut.
3. Kegiatan PPL dilaksanakan pada komunitas sekolah atau lembaga.
4. Pembimbingan dilakukan oleh dosen pembimbing dan guru pembimbing yang telah dilatih dan mempunyai kualifikasi sebagai pembimbing PL.

Pada penyelenggaraan PPL dilaksanakan untuk pengembangan kompetensi mahasiswa sebagai calon pendidik atau tenaga kependidikan. Sebagai dasar pengembangan program PPL mahasiswa dibimbing dosen pembimbing dan guru pembimbing yang dilatih serta mempunyai kualifikasi sebagai pembimbing PPL. Laporan ini merupakan gambaran keseluruhan mengenai ketiga tahap tersebut dalam kegiatan PPL kami, yang dilaksanakan di sekolah SMA Negeri 3 Bantul. Semoga bermanfaat..semoga

A. Analisis Situasi

Sebelum melaksanakan kegiatan PPL, seluruh mahasiswa tim PPL Terpadu SMA Negeri 3 Bantul harus memahami terlebih dahulu lingkungan dan kondisi fisik lokasi kegiatan PPL. Berkenaan dengan hal tersebut, setiap mahasiswa baik secara individu maupun kelompok telah melaksanakan observasi terhadap lokasi PPL yakni SMA Negeri 3 Bantul. Observasi ini bertujuan agar mahasiswa peserta PPL mendapatkan gambaran fisik serta kondisi psikis yang menyangkut aturan dan tata tertib yang berlaku di SMA Negeri 3 Bantul.

1. Sejarah

Sekolah Menengah Atas Negeri 3 Bantul merupakan sekolah yang beralamat di Gaten, Trenggeng, Kabupaten Bantul, Yogyakarta. SMA Negeri 3 Bantul merupakan sekolah ahli fungsi dari SPG Negeri Bantul. Alih fungsi SPG terjadi karena adanya perubahan kebijakan pemerintah khususnya dalam pengadaan guru Sekolah Dasar (SD), yang arahnya untuk meningkatkan kualitas. Maka untuk pengadaan guru SD tidak lagi lulusan SPG, akan tetapi perlu ditambah waktunya 2

tahun lagi melalui lembaga PGSD. Oleh sebab itu SPG-APG yang ada dialih fungsikan.

Demikian juga seperti SPG Negeri Bantul yang menjadi SMA Negeri 3 Bantul. Pada kurikulum 1999 ada perubahan SMA menjadi SMU (Sekolah Menengah Umum). Kemudian 2004 memakai sistem KBK (Kurikulum Berbasis Kompetensi) dan nama SMU Negeri 3 Bantul diubah lagi menjadi SMA Negeri 3 Bantul. Saat ini SMA Negeri Bantul menggunakan 2 sistem kurikulum yaitu KTSP dan K13.

2. Kepala Sekolah

Berikut adalah data kepala sekolah dan periode masa jabatannya mulai dari dibentuknya sekolah hingga saat ini dengan data sebagai berikut;

No	Nama	Periode
1.	Drs. Kayadi Murdoko Sukarto	5 September 1991 s.d. 7 Februari 1994
2.	Drs. Moersid	8 Februari 1994 s.d. 31 Oktober 1996
3.	Drs. Djunaidi	1 November 1996 s.d. 5 September 1997
4.	Dra. Sri Ruspita Moerni	6 September 1997 s.d. 3 Februari 1999
5.	Drs. Paimin	4 Februari 1999 s.d. 28 Maret 2001
6.	Drs. Sunaryo	29 Maret 2001 s.d. 31 Oktober 2002
7.	Hj. Suparti BA.	1 November 2002 s.d. 12 Agustus 2004
8.	Drs. Joko Wiyono	13 Agustus 2004 s.d. 31 Oktober 2004
9.	H. Suminardi, S.Pd., MM.	1 November 2004 s.d. 1 November 2011
10.	Drs. Herman Priyana	1 November 2011 s.d. 3 September 2012
11.	Drs. Endah Hardjanto, M.Pd.	3 September 2012 s.d. sekarang

SMA Negeri 3 Bantul merupakan salah satu sekolah menengah atas yang digunakan untuk kegiatan PPL UNY tahun 2016, program PPL di mulai pada tanggal 15 Juli 2016 sampai 15 September 2016. Berdasarkan hasil observasi yang telah dilaksanakan pada tanggal 20 Februari 2016, didapatkan kondisi sekolah sebagai berikut :

3. Visi dan Misi SMAN 3 Bantul.

Salah satu cara untuk meningkatkan kualitas pendidikan di SMA Negeri 3 Bantul maka sekolah SMA Negeri 3 Bantul memiliki visi dan misi demi kelancaran dan pemenuhan target yaitu meliputi :

VISI

Berdasarkan rapat yang dihadiri warga sekolah dan pengurus dewan sekolah, dan dari evaluasi KTSP SMA Negeri 3 Bantul Tahun Pelajaran 2015/2016, dalam rangka memenuhi harapan masyarakat dan meningkatkan daya saing lulusan, SMA Negeri 3 Bantul mempunyai visi “ terbentuknya sekolah yang bermutu, berbudaya dan berkarakter bangsa”.

MISI

Dari masukan berbagai unsur warga sekolah, dan dari evaluasi KTSP SMA Negeri 3 Bantul Tahun Pelajaran 2015/2016, untuk memberikan arah dalam mewujudkan visi sekolah, maka misi SMA Negeri 3 Bantul adalah :

1. Menyelenggarakan Pembelajaran yang Kreatif, Aktif, Menyenangkan dan Inovatif (KAMI);
2. Menyelenggarakan pelayanan prima, transparan, dan akuntabel;
3. Menciptakan suasana yang kondusif untuk membangun warga sekolah yang berbudaya dan berkarakter bangsa;
4. Mengupayakan warga sekolah memiliki keunggulan lokal dan global

TUJUAN

Untuk mencapai visi dan misi tersebut maka perlu dirumuskan tujuan strategis organisasi secara lebih terarah dan operasional. Tujuan strategis merupakan penjabaran atau implementasi dari pernyataan misi yang akan dicapai atau dihasilkan dalam jangka waktu satu sampai empat tahun, sehingga dapat secara tepat mengetahui apa yang harus dilaksanakan oleh sekolah dalam mencapai visi dan misinya dalam kurun waktu satu sampai empat tahun yang diformulasikan dalam tujuan strategis dengan mempertimbangkan sumber daya dan kemampuan yang dimiliki.

Adapun kegiatan untuk mewujudkan visi dan misi SMA Negeri 3 Bantul adalah :

1. Menyelenggarakan pembelajaran yang kreatif, aktif, menyenangkan dan inovatif, dengan tujuan untuk :

- a. Meningkatkan prestasi akadeemik maupun non akademik
 - b. Meningkatkan prestasi sekolah secara kompetitif maupun komperatif
2. menyelenggarakan pelayanan yang prima, transparan, akuntabel dan profesional dengan tujuan untuk :
- a. Memberikan kepuasan layanan kepada seluruh pihak baik secara internal (guru, karyawan, dan siswa) maupun eksternal (orangtua, instansi terkait, masyarakat, dan rekanan)
 - b. Terselenggaranya adminitrasi tepat waktu dan tepat sasaran.
3. Menciptakan suasana yang kondusif untuk membangun warga sekolah yang berbudaya dan berkarakter bangsa, dengan tujuan untuk :
Menanamkan nilai-nilai kehidupan dalam usaha untuk membentuk warga sekolah yang memiliki kepribadian dan budi pekerti luhur.
4. Mengupayakan warga sekolah memiliki keunggulan global, dengan tujuan untuk :
Meningkatkan pembinaan yang berkesinambungan dalam mewujudkan SDM yang mandiri, kreatif, inovatif dan cakap bahsa dalam rangka menghadapi tantangan global dan perkembangan IPTEK.

Sasaran dan Indikator untuk mencapai tujuan :

Tabel 1.1 Sasaran dan Indikator untuk Mencapai Tujuan

Tujuan Kegiatan	Sasaran	Indikator
Melaksanakan pembelajaran yang kreatif, menyenangkan dan inovatif	Meningkatnya kualitas pembelajaran	<ul style="list-style-type: none"> - naiknya nilai rata-rata UN - Dokumen Kurikulum - Dokumen RPP - Dokumen Supervisi akademik - Dokumen pengawasan

4. Kondisi Fisik Sekolah

SMA Negeri 3 Bantul merupakan sekolah menengah negeri yang berlokasi di Gaten, Trirenggo, Bantul, Yogyakarta. Lokasi dari SMA Negeri 3 Bantul sangat strategis karena terletak pada jalur protokol di kabupaten Bantul. Bangunan gedung yang digunakan untuk proses pembelajaran terdiri dari 2 lantai.

a. Ruang Kelas

SMA Negeri 3 Bantul memiliki 23 ruang kelas namun yang berfungsi sebagai ruang kelas hanya 19 karena yang 4 masih dalam proses rehab. Untuk proses pembelajaran para peserta didiknya. Pembagian kelas terdiri dari:

- 1) X MIPA 1, 2, 3 dan 4 berada di lantai 2
- 2) X IPS 1 dan 2 berada di lantai 1
- 3) XI IPA 1,2,3 dan 4 berada di lantai 2
- 4) XI IPS 1, 2, dan 3 berada di lantai 2
- 5) XII IPA 1 dan 4 berada di lantai 1
- 6) XII IPA 2, dan 3 berada di lantai 2
- 7) XII IPS 1 dan 2 berada di lantai 1

Secara keseluruhan untuk fasilitas ruang kelas sendiri sudah cukup memadai. Dimana dalam setiap ruang kelasnya sudah memiliki proyektor / LCD sendiri, papan pengumuman, papan absensi, kipas angin, inventaris kelas, papan pengurus kelas, alat kebersihan, lemari dan terdapat loker untuk penyimpanan barang peserta didik.

b. Ruang Perkantoran

Ruangan perkantoran SMA Negeri 3 Bantul terdiri dari Ruang Kepala Sekolah, Ruang Wakil Kepala Sekolah, Ruang Tata Usaha (TU), Ruang Guru, Ruang Bimbingan dan Konseling (BK).

c. Laboratorium

Laboratorium merupakan sarana penting bagi sekolah untuk memfasilitasi kegiatan belajar siswa. SMA Negeri 3 Bantul memiliki beberapa laboratorium, yaitu laboratorium IPA yang terdiri dari laboratorium fisika, laboratorium kimia dan laboratorium biologi. Terdapat juga laboratorium bahasa, laboratorium komputer, laboratorium musik dan laboratorium karawitan. Laboratorium bahasa dan Laboratorium Fisika berada di lantai dua, sedangkan laboratorium biologi, kimia dan komputer berada di lantai satu.

d. Perpustakaan Sekolah

Perpustakaan sekolah merupakan salah satu sarana yang penting untuk meningkatkan minat membaca siswa/siswi dan juga sarana atau tempat untuk siswa/siswi mencari bahan ajar dan mengerjakan tugas sekolah yang diberikan pada mereka.

- a. Ruang rapat/ *meeting room*
- b. Lapangan tengah

- c. Lapangan upacara
- d. Lapangan sepak bola
- e. Panggung
- f. Ruang OSIS
- g. UKS
- h. Kantin
- i. Tempat parkir
- j. Masjid
- k. Musik
- l. karawitan

5. Kondisi non Fisik

a. Struktur Organisasi

Organisasi didunia pendidikan merupakan sekelompok orang yang membagi kerja dan tanggung jawab sesuai dengan tugas masing-masing untuk mencapai tujuan yang sama yaitu tujuan pendidikan. Di SMA Negeri 3 Bantul dapat kita lihat struktur Organisasi Sekolah dan Struktur Organisasi Administrasi Sekolah (Struktur Terlampir)

b. Kepala Sekolah

Kepala Sekolah SMA Negeri 3 Bantul Drs. Endah Hardjanto, M.Pd. Tugas kepala sekolah di SMA Negeri 3 Bantul adalah sebagai edukator manajer, administrator yang bertugas menyelenggarakan administrasi di sekolah, dan sebagai supervisor.

c. Wakil Kepala Sekolah

Wakil kepala sekolah di SMA Negeri 3 Bantul bertugas membantu Kepala Sekolah menjalankan tugasnya untuk mengembangkan mutu. Wakil Kepala Sekolah terbagi menjadi beberapa dimana masing – masing wakil kepala sekolah memiliki tugas yang berbeda – beda.

- 1) Wakil Kepala Sekolah bidang kurikulum dijabat oleh Dra. Hastiti
- 2) Wakil Kepala Sekolah bidang kesiswaan dijabat oleh Drs. Agung Suryono
- 3) Wakil Kepala Sekolah bidang Sarana dan Prasarana serta Humas oleh H. Mahmudi, S.Pd.

d. Guru

Guru – guru dan karyawan di SMA Negeri 3 Bantul memiliki potensi yang sangat baik dan berdedikasi di berbagai bidang terutama dalam bidang pendidikan.

Berikut ini merupakan daftar guru di SMA Negeri 3 Bantul :

No	NIP	Nama PTK	L/ P	Mapel Yang Diajarkan	Status Kepegawaian
1	195801051982032008	Dra. Hj. Winarsih	P	Bahasa Indonesia	PNS
2	196512071990032007	Dra. Christina Sri Purwanti, M.Pd	P	Matematika	PNS
3	195708181981032010	Dra. Dalwani	P	Ekonomi	PNS
4	195707171983011001	Drs. Jarwoto	L	Ekonomi	PNS
5	195712121985061002	H. Mahmudi, S. Pd.	L	Bimbingan dan Konseling	PNS
6	195805031986021004	Drs. Joko Wiyono	L	Sejarah	PNS
7	195807121986021005	Drs. Sunubadi	L	Bimbingan dan Konseling	PNS
8	196303141987032008	Irti Suryani, S. Pd.	P	Kimia	PNS
9	195809051989031004	Drs. Rasiyo	L	Pendidikan Seni	PNS
10	196207091990032001	Dra. Yulianti	P	PKn	PNS
11	196311151990031007	Drs. Endah H, M. Pd.	L	Matematika	PNS
12	196505281990032006	Dra. Hastiti	P	Matematika	PNS
13	196612101992032005	Dra. Wahyu Widyastuti	P	Biologi	PNS
14	196712201992031007	Margiyanta, S. Pd.	L	Fisika	PNS
15	196405231992031002	Drs. Suhadi	L	Bahasa Inggris	PNS
16	196807241992032006	Ceri Setiyati, S. Pd.	P	Kimia	PNS
17	196408021993031007	Drs. Muji Agusyono	L	Bahasa Inggris	PNS

No	NIP	Nama PTK	L/ P	Mapel Yang Diajarkan	Status Kepegawaian
18	196908121994121002	Mujimin, S. Pd.	L	Sosiologi	PNS
19	196407021995122002	Dra. Hj. Nur Aeni	P	Geografi	PNS
20	196610211992032002	Elizabeth Luki Widheya S, S. Pd.	P	Matematika	PNS
21	197108012005012007	Sri Rachmawati, S. Pd.	P	Bahasa Inggris	PNS
22	196701032005012004	Dra. Sulastri	P	Bahasa Indonesia	PNS
23	196702152007011009	Drs. Agung Suryono	L	Bahasa Indonesia	PNS
24	197403172006042009	Indriana P, S. Pd.	P	Fisika	PNS
25	196808272007011009	Agus Hasim, S. Pd.	L	PKn	PNS
26	197712222008012008	Siti Nurjanah, S. Pd.	P	Biologi	PNS
27	198107102009031007	Marsilinus P, S. Si.	L	TIK	PNS
28	198001232010012012	Dinik Eksi R, S. Sn.	P	Pendidikan Seni/ Prakarya	PNS
29	-	Jarnawi, S. Ag.	L	Pendidikan Agama Islam	GTT
30	-	Suwari, S. Th.	L	Pendidikan Agama Kristen	PNS
31	-	Sudarman, S. Pd.	L	Pendidikan Agama Katolik	GTT
32	-	Dyah Oktariana, S. Pd.	P	Matematika	GTT
33	-	Dini Puji Ariyanti, S.Pd	P	Matematika	GTT
34	-	Kuntoro Danar, S. Pd.	L	Pendidikan Jasmani	GTT
35	-	Rias Sita Atmaja, S. Pd.	P	Bahasa Jerman	GTT
36	-	Agung P, S. Pd.	L	Bahasa Jawa	GTT

No	NIP	Nama PTK	L/ P	Mapel Yang Diajarkan	Status Kepegawaian
37	-	Rini Kusndari, S. Pd.	P	Bimbingan dan Konseling	GTT
38	196807051989031008	Rohadi, S. Pd.	L	Bimbingan dan Konseling	PNS
39	196808162007012019	Dra. Siti Wahyuningsih	P	Sejarah	PNS
40	107102252006042016	Lina Wati, S.Pd	P	Bahasa Jerman	PNS
41	197603112006041010	Suharyanto S, S.Pd	L	PKWU	PNS
42	-	Sofa Unnafis, S.Pd	P	Bahasa Jawa	GTT
43	-	Dyah Ayu W, S.Pd	P	Bahasa Indonesia	GTT
44	198201062005022006	Wakhyu N,S.Pd	P	Penjasorkes	PNS
45		Tumijan, S. Pd. I	L	Pendidikan Agama Islam	GTT
46		Lisa Puspa Dewi S.Pd	L	Pendidikan Agama Islam	GTT

e. Siswa

Dari tahun ke tahun SMA Negeri 3 Bantul mendapat kepercayaan untuk menjadi SMA yang menerima siswa dengan nilai yang bagus. Keberhasilan ini juga turut didukung oleh orangtua siswa yang memiliki semangat tinggi dalam memberikan motivasi kepada anak-anaknya. Tetapi ada beberapa orangtua yang hanya menyuruh untuk belajar sehingga anak-anak seperti terkekang.

Selain itu pula hubungan baik senantiasa terjalin antara siswa dengan siswa, siswa dengan guru, siswa dengan karyawan, dan siswa dengan masyarakat sehingga tercipta lingkungan yang sangat kondusif dalam KBM.

DATA SEBARAN SISWA

No	Kelas	Program	Jumlah		Total
			Laki-laki	perempuan	
1.	X	MIPA	39	85	124
2.	X	IPS	14	61	61
3.	XI	IPA	31	122	122
4.	XI	IPS	24	65	65
5.	XII	IPA	37	120	120
6.	XII	IPS	11	40	40
Jumlah siswa keseluruhan					532

Selain itu SMA Negeri 3 Bantul memiliki berbagai jenis kegiatan pengembangan diri dimana kegiatan itu bertujuan untuk memfasilitasi peserta didik untuk mengembangkan dan mengekspresikan diri sesuai dengan kebutuhan, bakat dan minat setiap peserta didik, kondisi dan ciri khas satuan pendidikan. Kegiatan pengembangan diri dilakukan melalui kegiatan layanan bimbingan konseling dan kegiatan ekstrakurikuler. Di bawah ini akan dijabarkan beberapa kegiatan yang ada di SMA Negeri 3 Bantul sebagai berikut:

- Kegiatan Pelayanan Konseling
 - 1) Bidang layanan konseling
 - a) Kehidupan pribadi
 - b) Kehidupan sosial
 - c) Kemampuan belajar
 - d) Wawasan dan perkembangan karir
 - 2) Jenis layanan
 - a) Orientasi
 - b) Informasi
 - c) Penempatan dan penyaluran
 - d) Penguasaan konten
 - e) Konseling individu
 - f) Konseling kelompok
 - g) Bimbingan kelompok

- h) Konsultasi
- i) Mediasi
- 3) Strategi pelayanan konseling
 - a) Pembentukan karakter, kepribadian
 - b) Pemberian motivasi
 - c) Bimbingan konseling
- 4) Pelaksanaan kegiatan pelayanan bimbingan dan konseling
 - a) Sosialisasi perguruan tinggi
 - b) Sosialisasi dari POLRI, TNI
 - c) Pendampingan SNMPTN
 - d) Kunjungan kampus

– Ekstrakurikuler

Kegiatan ekstrakurikuler adalah kegiatan pendidikan di luar mata pelajaran dan pelayanan konseling untuk membantu pengembangan peserta didik sesuai dengan kebutuhan, potensi, bakat dan minat peserta didik. Meliputi ekstrakurikuler wajib dan pilihan.

- 1) Ekstrakurikuler wajib
 - a) Pendidikan Kepramukaan
 - b) KIR (Kegiatan Ilmiah Remaja)
- 2) Ekstrakurikuler pilihan
 - a) PMR
 - b) Olahraga
 - i. Sepak bola
 - ii. Bola basket
 - iii. Bola voli
 - iv. Bela diri
 - c) PIK KRR
 - d) Kepemimpinan (Paskibraka/Pleton Inti)
 - e) Seni (Tari, Karawitan)
 - f) Pembinaan Olimpiade Sains dan Teknologi

B. Perumusan Program dan Rencana Kegiatan PPL

Kegiatan Praktik Pengalaman Lapangan (PPL) adalah salah satu wujud pengabdian terhadap masyarakat dalam hal ini adalah sekolah, dimana seluruh program kegiatan saling mendukung dan terintegrasi satu dengan yang lain untuk mengembangkan profesionalisme mahasiswa sebagai calon pendidik. Kegiatan PPL diharapkan dapat meningkatkan efisiensi dan efektivitas perkuliahan, terutama mata kuliah PPL baik sebagai pengelola, pendanaan, maupun waktu. Program PPL dalam pelaksanaannya merupakan kegiatan yang lebih difokuskan pada kegiatan atau proses pembelajaran di kelas beserta evaluasinya.

Dengan kegiatan ini, mahasiswa diharapkan dapat memberikan bantuan, pemikiran, tenaga dan ilmu pengetahuan, perencanaan serta pelaksanaan program pengembangan dan pembangunan sekolah. Dari uraian diatas maka dapat dirumuskan masalah pokok yang diperoleh dari hasil observasi yaitu sebagai berikut:

1. Bagaimana Mahasiswa peserta PPL dapat meningkatkan pengelolaan sekolah dan prestasi belajar peserta didik dan menciptakan suasana baru dalam proses belajar tanpa meninggalkan hakekat dan tujuan belajar yang dilakukan ?
2. Bagaimana agar media pembelajaran dapat digunakan secara efektif dan optimal oleh warga sekolah khususnya para peserta didik ?

Adapun program-program PPL sebagai berikut:

Perumusan Program Kegiatan PPL

Secara garis besar program dan rancangan kegiatan PPL adalah sebagai berikut:

I. Kegiatan Pra PPL

- 1) *Micro Teaching* di universitas.
- 2) Melakukan observasi proses pembelajaran kelas dan peserta didik di sekolah.

II. Kegiatan PPL

1) Penyusunan perangkat persiapan pembelajaran

Perangkat pembelajaran yang perlu dipersiapkan sebelum melakukan praktik mengajar secara langsung antar lain:

- a) Menyusun silabus
- b) Menyusun Rencana Pelaksanaan Pembelajaran

2) Pembuatan media pembelajaran

Media pembelajaran digunakan sebagai alat penunjang dalam pembelajaran, terutama dalam menyampaikan materi pelajaran kepada siswa agar siswa menjadi lebih mudah memahami materi pembelajaran. Dengan demikian, media pembelajaran yang diperlukan harus dipersiapkan dengan baik sebelum praktik mengajar.

3) Praktik mengajar

Praktik mengajar yang dimaksud adalah praktik mengajar di dalam kelas dan mengajar siswa secara langsung. Praktik mengajar di dalam kelas terdiri dari praktik mengajar terbimbing dan praktik mengajar mandiri. Dalam praktik terbimbing, mahasiswa harus mampu menyusun, melaksanakan, dan mengevaluasi proses pembelajaran di kelas secara utuh dan terpadu dengan didampingi oleh guru pembimbing dan dosen pembimbing bidang studi. Apabila mahasiswa dalam praktik mengajar terbimbing dinilai oleh guru pembimbing dan dosen pembimbing telah memadai, mahasiswa harus mengikuti tahapan praktik mengajar mandiri. Kegiatan praktik mengajar meliputi:

1. Membuka pelajaran:

- a. Membuka pelajaran dengan salam dan doa
- b. Apersepsi

2. Kegiatan inti :

- a. Menyampaikan materi
- b. Menanyakan pemahaman siswa
- c. Memberikan kesempatan bertanya kepada siswa
- d. Menjawab pertanyaan siswa
- e. Memberikan contoh soal
- f. Memberikan latihan soal dan pembahasan

3. Penutup :

- a. Menyimpulkan
- b. Memberikan pesan-pesan/ tugas untuk pertemuan berikutnya

4. Menyusun dan mengembangkan alat evaluasi

Alat yang akan digunakan untuk melakukan evaluasi pembelajaran berupa soal-soal harus dipersiapkan terlebih dahulu antara lain dengan membuat kisi-kisi soal dan menyusun butir soal.

5. Evaluasi Pembelajaran

Evaluasi yang dilaksanakan berupa ulangan harian. Ulangan harian bertujuan untuk mengukur tingkat penguasaan siswa terhadap materi pelajaran.

6. Analisis hasil ulangan dan analisis butir soal

Nilai hasil ulangan dari siswa perlu dianalisis sehingga dapat diketahui ketercapaian dan ketuntasan siswa dalam menguasai materi pelajaran. Selain itu, butir soal yang digunakan sebagai alat evaluasi juga harus dianalisis sehingga dapat diketahui tingkat kesukaran masing-masing butir soal.

7. Penyusunan laporan PPL

Laporan PPL disusun untuk melaporkan rangkaian kegiatan PPL yang telah dilaksanakan. Laporan PPL tersebut berfungsi sebagai pertanggungjawaban praktikan atas pelaksanaan program PPL.

Pelaksanaan program Praktik Pengalaman Lapangan yang dilakukan praktikan dimulai sejak tanggal 15 Juli 2016 sampai 15 September 2016. Kegiatan PPL dilaksanakan berdasarkan ketentuan yang berlaku dalam melaksanakan praktik kependidikan dan persekolahan yang sudah terjadwal.

BAB II

PELAKSANAAN PROGRAM DAN KEGIATAN

A. PERSIAPAN

Praktek pengalaman lapangan (PPL) dilaksanakan kurang lebih selama sepuluh minggu, dimana mahasiswa PPL harus benar-benar mempersiapkan diri baik mental maupun fisik. Keberhasilan dari kegiatan PPL sangat ditentukan oleh kesiapan dan persiapan mahasiswa sebagai praktikan baik secara akademis, mental maupun ketrampilan. Hal tersebut dapat terwujud karena mahasiswa PPL (praktikan) telah diberi bekal sebagai pedoman dasar dalam melaksanakan kegiatan PPL. Program persiapan yang dilaksanakan sebagai berikut:

1. Observasi

Kegiatan observasi dilakukan sebelum mahasiswa diterjunkan ke sekolah. Kegiatan observasi bertujuan untuk mengetahui bagaimana keadaan sekolah, baik secara fisik maupun sistem yang ada didalamnya. Hal ini dapat dilakukan melalui beberapa cara, yaitu dengan melakukan pengamatan secara langsung atau dengan melakukan wawancara terhadap warga sekolah. Dengan demikian diharapkan mahasiswa dapat memperoleh gambaran yang nyata tentang praktek mengajar dan lingkungan persekolahan. Observasi ini meliputi dua hal, yaitu:

a. Observasi Pembelajaran di Kelas

Observasi pembelajaran di kelas dilakukan dengan cara mengikuti kegiatan pembelajaran yang dilakukan oleh guru pembimbing dari mahasiswa yang bersangkutan. Observasi kegiatan belajar mengajar di kelas bertujuan untuk memberikan pengetahuan dan pemahaman awal tentang kondisi dan karakteristik peserta didik, baik di dalam maupun di luar kelas secara umum. Selain itu, praktikan juga mendapatkan gambaran secara umum tentang metode mengajar guru serta sikap guru dalam menghadapi tingkah laku peserta didik di kelas sehingga diharapkan nantinya mahasiswa dapat menemukan gambaran bagaimana cara menciptakan suasana belajar mengajar yang baik di kelas sesuai dengan kondisi kelas masing-masing. Sasaran observasi pembelajaran adalah:

- 1) Perangkat Pembelajaran
 - a) Satuan Pembelajaran
 - b) Rencana Pelaksanaan Pembelajaran

- 2) Proses Pembelajaran
 - a) Cara membuka pelajaran
 - b) Penyajian materi
 - c) Metode pembelajaran
 - d) Penggunaan bahasa
 - e) Gerak
 - f) Cara memotivasi siswa
 - g) Teknik bertanya
 - h) Teknik menjawab
 - i) Teknik penguasaan kelas
 - j) Penggunaan media
 - k) Menutup pelajaran
- 3) Perilaku Peserta Didik
 - a) Perilaku Peserta Didik saat pembelajaran
 - b) Perilaku Peserta Didik di luar pembelajaran

Melalui kegiatan observasi ini mahasiswa praktikan dapat:

- 1) Mengetahui situasi pembelajaran yang sedang berlangsung.
- 2) Mengetahui kesiapan dan kemampuan siswa dalam menerima pelajaran.
- 3) Mengetahui metode, media, dan prinsip mengajar yang digunakan guru dalam proses pembelajaran.

Selain observasi, praktikan juga melakukan observasi fisik/lingkungan sekolah yang dilaksanakan secara individu bagi tiap-tiap mahasiswa peserta PPL. Kegiatan ini bertujuan untuk mengetahui sarana dan prasarana, situasi dan kondisi pendukung kegiatan belajar mengajar, serta perangkat pembelajaran.

a. Observasi Lingkungan Fisik Sekolah

Kegiatan observasi lingkungan fisik sekolah bertujuan untuk memperoleh gambaran tentang situasi dan kondisi sekolah yang bersangkutan. Obyek yang dijadikan sasaran observasi lingkungan fisik sekolah meliputi:

- 1) Letak dan lokasi gedung sekolah
- 2) Kondisi ruang kelas

- 3) Sarana dan prasanana olahraga
- 4) Kelengkapan gedung dan fasilitas yang menunjang kegiatan KBM
- 5) Keadaan personal, peralatan serta organisasi yang ada di sekolah

Obseravasi Lapangan merupakan kegiatan pengamatan dengan berbagai karakteristik komponen pendidikan, iklim dan norma yang berlaku dilingkungan sekolah tempat PPL. Pengenalan lapangan ini dilakukan dengan cara observasi langsung, dan wawancara dengan pihak sekolah. Observasi lingkungan fisik sekolah antara lain pengamatan pada:

- 1) Administrasi persekolahan
- 2) Fasilitas pembelajaran dan manfaatnya
- 3) Sarana dan prasarana yang dimiliki oleh sekolah
- 4) Lingkungan fisik disekitar sekolah

2. Pengajaran Mikro (Micro Teaching)

Sebelum mengambil mata kuliah PPL, mahasiswa diharuskan lulus dalam mata kuliah *micro teaching* atau pengajaran mikro. Persyaratan yang diperlukan untuk mengikuti mata kuliah ini adalah mahasiswa yang telah menempuh minimal semester V dan telah lulus dalam beberapa mata kuliah seperti Strategi Belajar Mengajar, Kakubuteks, Evaluasi Pembelajaran. Pengajaran mikro adalah kegiatan praktik mengajar secara terbatas dalam bentuk *micro teaching*. Pengajaran mikro mencakup kegiatan orientasi dan observasi proses pembelajaran serta praktik mengajar terbatas dengan model *micro teaching* dengan mahasiswa sebagai muridnya. Pengajaran mikro merupakan pelatihan tahap awal untuk mengaktualisasikan kompetensi dasar mengajar.

Pelaksanaan pengajaran mikro meliputi :

- a. Waktu pelaksanaan pengajaran mikro aktif selama satu semester VI.
- b. Teknik pelaksanaan

Pengajaran mikro dilaksanakan di kelas lapangan FIK dibimbing oleh dosen pembimbing yaitu Drs. Suhadi, M.Pd dalam bentuk *micro teaching*. Disini mahasiswa diberi kesempatan untuk dapat praktik secara langsung dan bergantian dihadapan dosen pembimbing dan rekan-rekan mahasiswa dalam satu kelompok tersebut. Untuk materi yang akan disampaikan

ditentukan oleh dosen tetapi bisa menyesuaikan dengan materi yang akan kita ajarkan pada saat pelaksanaan PPL nanti sehingga sudah terlatih.

c. Jumlah latihan pengajaran mikro

Banyaknya latihan setiap mahasiswa yang telah ditentukan universitas minimal 4 (empat) kali atau yang disesuaikan dengan jumlah waktu pengajaran mikro. Untuk kelompok kami, tiap minggu dilakukan sebanyak 2 kali pertemuan, dimana setiap pertemuannya 1,5 jam. Untuk mahasiswa yang praktek mengajar bergilir sesuai nomor undian dan setiap pertemuannya 2-3 mahasiswa yang tampil (praktek mengajar). Jadi selama pengajaran *micro* selama satu semester mahasiswa sudah tampil sebanyak 4-5 kali. Untuk pengambilan nilai tidak ada waktu khusus, tetapi penilaian dilakukan pada proses pembelajaran mikro.

d. Prosedur pelaksanaan pengajaran mikro

1. Membuat perencanaan yaitu mahasiswa membuat Rencana Pembelajaran dan di konsultasikan kepada dosen pembimbing.
2. Mempersiapkan media atau alat pembelajaran yang akan digunakan untuk praktik mengajar bisa berupa power point atau pun juga semacam alat peraga seperti gambar, alat olahraga modifikasi atau berbagai jenis permainan.
3. Mempraktikan pembelajaran sesuai dengan perencanaan yang disusun.

e. Pelaksanaan praktik pengajaran mikro

Waktu untuk pengajaran mikro berlangsung selama 30 menit. Aspek ketrampilan dasar mencakup :

1. Keterampilan membuka dan menutup pelajaran
2. Keterampilan bertanya
3. Keterampilan menjelaskan
4. Variasi interaksi
5. Memotivasi siswa
6. Ilustrasi dan penggunaan contoh-contoh
7. Pengelolaan kelas
8. Keterampilan menggunakan alat
9. Memberikan penguatan (*reinforcement*)
10. Keterampilan menggunakan metode dan media pembelajaran

Setelah melakukan praktek mengajar, dosen pembimbing dan rekan-rekan satu kelompok tersebut akan memberikan komentar atau kritik dan saran yang membangun. Hal ini sangat berguna bagi mahasiswa agar semakin termotivasi untuk selalu memperbaiki cara mengajarnya dan melakukan variasi-variasi dalam pembelajaran sehingga diharapkan dapat mempersiapkan secara dini sebelum praktek mengajar yang sesungguhnya.

3. Pembekalan PPL

Sebelum pelaksanaan PPL, mahasiswa diharuskan mengikuti pembekalan PPL. Pembekalan tersebut bertujuan agar mahasiswa mengetahui atau mendapatkan informasi mengenai berbagai hal yang berkaitan dengan kegiatan-kegiatan PPL di sekolah. Kegiatan pembekalan disampaikan oleh DPL atau Dosen Pembimbing Lapangan dan dilaksanakan di Fakultas masing-masing. Adapun materi yang disampaikan dalam pembekalan PPL adalah mekanisme pelaksanaan *micro teaching*, PPL di sekolah, teknik pelaksanaan PPL dan teknik untuk menghadapi sekaligus mengatasi permasalahan yang mungkin akan terjadi selama pelaksanaan PPL.

4. Pembuatan Perangkat Pembelajaran

Salah satu upaya yang dapat dilakukan untuk dapat mengoptimalkan proses mengajar adalah menyusun perangkat pembelajaran yang meliputi Pembuatan Rencana Pelaksanaan Pembelajaran (RPP) dan silabus, serta penilaian setiap kali akan memberikan materi di lapangan.

Dalam penyusunan persiapan mengajar, praktikan berusaha berkonsultasi dengan guru pembimbing dan berkat bimbingannya, sehingga penyusunan perangkat pembelajaran tersebut menjadi mudah dan selesai tepat waktu.

5. Koordinasi

Mahasiswa melakukan koordinasi dengan sesama mahasiswa di SMA N 3 Bantul, pihak sekolah dan pihak kampus. Mahasiswa juga melakukan konsultasi dengan guru pembimbing. Kegiatan ini dilakukan guna persiapan perangkat pembelajaran yang meliputi Pembuatan Rencana Pelaksanaan Pembelajaran (RPP) serta penilaian setiap kali akan memberikan materi di kelas baik penilaian kognitif maupun afektif dan psikomotorik. Mahasiswa juga berkonsultasi mengenai metode dan model pembelajaran yang tepat dan

sesuai dengan kondisi siswa serta Kurikulum 2006 yang secara maksimal dapat menunjang proses pembelajaran.

B. PELAKSANAAN PPL

Tahapan ini merupakan tahapan yang sangat penting atau merupakan tahapan utama untuk mengetahui kemampuan praktikan dalam mengadakan pembelajaran didalam kelas. Dalam kegiatan praktek mengajar, mahasiswa dibimbing oleh guru pembimbing sesuai dengan jurusan masing-masing. Praktikan mengajar dengan berpedoman kepada silabus yang telah dibuat sesuai dengan kurikulum yang telah ada. Penyampaian materi dalam proses belajar mengajar diusahakan agar terlaksana secara sistematis dan sesuai dengan alokasi waktu yang tersedia.

Berdasarkan rumusan program dan rancangan kegiatan PPL dilaksanakan selama masa PPL di SMA N 3 Bantul, pada umumnya seluruh program kegiatan dapat terlaksana dengan baik dan lancar. Kegiatan praktik mengajar pada dasarnya merupakan wahana latihan mengajar sekaligus sarana membentuk kepribadian guru atau pendidik. Dalam kegiatan mengajar ini mahasiswa praktikan diharapkan dapat menggunakan keterampilan dan kemampuan yang telah diterima untuk menyampaikan materi. Kegiatan yang dilakukan dalam praktik mengajar adalah:

1) Kegiatan sebelum mengajar

Sebelum mengajar mahasiswa praktikan harus melakukan persiapan awal yaitu:

- a) Mempelajari materi yang akan disampaikan
- b) Menentukan metode yang paling tepat untuk materi yang akan disampaikan
- c) Mempersiapkan media yang sesuai
- d) Mempersiapkan perangkat pembelajaran (RPP, Buku Pegangan Materi yang disampaikan, Referensi buku yang berkaitan dengan materi yang akan disampaikan)

2) Kegiatan selama mengajar

a) Membuka Pelajaran

Kegiatan yang dilakukan saat membuka pelajaran adalah:

1. Mengucapkan salam

2. Menanyakan kondisi kepada peserta didik
 3. Mengkondisikan kelas
 4. Mengajak peserta didik untuk memulai pembelajaran dengan berdo'a sesuai agama dan kepercayaan masing-masing
 5. Mempresensi peserta didik
 6. Guru memberi motivasi dengan memberikan kata-kata motivasi penyemangat agar peserta didik kembali bersemangat mengikuti pelajaran.
 7. Memberikan apersepsi yang berkaitan dengan materi yang akan disampaikan
 8. Menyampaikan tujuan pembelajaran
 9. Mengemukakan pokok bahasan dan sub pokok bahasan yang akan disampaikan
- b) Penyajian Materi

Hal-hal yang dilakukan dalam penyajian materi:

1. Penguasaan Materi

Materi harus dikuasai oleh mahasiswa praktikan agar dapat menjelaskan dan memberi contoh dengan benar.

2. Penggunaan metode dalam mengajar

Metode yang digunakan dalam mengajar adalah:

➤ Metode TGFU

Metode ini berarti guru memberikan penjelasan kepada siswa menggunakan pengajaran permainan didalam pembelajaran

➤ Metode Diskusi

Metode ini berarti peserta didik aktif berdiskusi, berani mengemukakan pendapatnya terkait dengan tema yang diangkat. Metode ini bertujuan untuk melatih keterampilan peserta didik dalam mengemukakan pendapat dan bekerjasama dengan teman.

➤ Metode Gaming

➤ Metode *Discoveri Learning*

c) Menutup Materi

Setelah materi disampaikan, mahasiswa praktikan mengakhiri pelajaran dengan langkah-langkah sebagai berikut:

1. Menyimpulkan materi yang telah disampaikan
2. Tanya jawab mengenai manfaat yang diperoleh setelah mengikuti proses pembelajaran serta tindakan atau sikap yang akan dilakukan selanjutnya
3. Mengadakan evaluasi
4. Menyampaikan judul yang akan dibahas pada pertemuan berikutnya, agar peserta didik dapat belajar sebelumnya.
5. Mengucapkan salam.

Praktik Pengalaman Lapangan (PPL) merupakan salah satu mata kuliah wajib tempuh bagi mahasiswa. Materi kegiatan PPL mencakup praktik mengajar terbimbing sebagai lanjutan dari *micro teaching*. Oleh karena itu agar pelaksanaan PPL dapat berlangsung sesuai dengan rancangan program, maka perlu persiapan yang matang baik yang terkait dengan Mahasiswa, Dosen Pembimbing, Sekolah, maupun Instansi tempat praktek, Guru Pembimbing/Instruktur, serta komponen lain yang terkait didalamnya. Pada pelaksanaannya, praktikan melakukan praktik mengajar sebanyak 34 kali pertemuan dengan rincian sebagai berikut:

no	Hari/Tgl	kelas	Jam Ke-	Materi
1	Rabu, 20-07-2016	XII IPA 1	1-2	Kebugaran jasmani
2	Rabu, 20-07-2016	XII IPA 2	3-4	Kebugaran jasmani
3	Kamis, 21-07-2016	XII IPA 3	1-2	Kebugaran jasmani
4	Kamis, 21-07-2016	XII IPA 4	3-4	Kebugaran jasmani
5	Jumat, 22-07-2016	XII IPS 1	1-2	Kebugaran jasmani
6	Jumat, 22-07-2016	XII IPS 2	3-4	Kebugaran jasmani
7	Senin, 25-07-2016	XI IPA 4	1-2	Teknik dasar permainan sepakbola meliputi passing, kontrol dan dribble
8	Senin, 25-07-2016	XI IPS 1	3-4	Teknik dasar permainan sepakbola meliputi passing, kontrol dan dribbling
9	Selasa, 26-07-2016	XI IPS 3	1-2	Teknik dasar permainan sepakbola meliputi passing, kontrol dan dribbling
10	Selasa, 26-07-2016	XI IPS 2	3-4	Teknik dasar permainan sepakbola meliputi passing, kontrol dan dribbling
11	Senin, 01-08-2016	XI IPA 4	1-2	Teknik dasar permainan sepakbola meliputi passing, kontrol dan dribbling
12	Senin, 01-08-2016	XI IPS 1	3-4	Teknik dasar permainan

				sepakbola meliputi passing, kontrol dan dribbling
13	Selasa, 02-08-2016	XI IPS 3	1-2	Teknik dasar permainan sepakbola meliputi passing, kontrol dan dribbling
14	Selasa, 02-08-2016	XI IPS 2	3-4	Teknik dasar permainan sepakbola meliputi passing, kontrol dan dribbling
15	Senin, 08-08-2016	XI IPA 4	1-2	Teknik dasar permainan bola basket meliputi passing, dribbling, shooting
16	Senin, 08-08-2016	XI IPS 1	3-4	Teknik dasar permainan bola basket meliputi passing, dribbling, shooting
17	Selasa, 09-08-2016	XI IPS 3	1-2	Teknik dasar permainan bola basket meliputi passing, dribbling, shooting
18	Selasa, 09-08-2016	XI IPS 2	3-4	Teknik dasar permainan bola basket meliputi passing, dribbling, shooting
19	Senin, 15-08-2016	XI IPA 4	1-2	Teknik dasar permainan bola basket meliputi passing, dribbling, shooting
20	Senin, 15-08-2016	XI IPS 1	3-4	Teknik dasar permainan bola basket meliputi passing, dribbling, shooting
21	Selasa, 16-08-2016	XI IPS 3	1-2	Teknik dasar permainan bola basket meliputi passing, dribbling, shooting
22	Selasa, 16-08-2016	XI IPS 2	3-4	Teknik dasar permainan bola basket meliputi passing, dribbling, shooting
23	Senin, 22-08-2016	XI IPA 4	1-2	Teknik dasar permainan bola voli, meliputi passing dan servis
24	Senin, 22-08-2016	XI IPS 1	3-4	Teknik dasar permainan bola voli, meliputi passing dan servis
25	Selasa, 23-08-2016	XI IPS 3	1-2	Teknik dasar permainan bola voli, meliputi passing dan servis
26	Selasa, 23-08-2016	XI IPS 2	3-4	Teknik dasar permainan bola voli, meliputi passing dan servis
27	Senin, 29-08-2016	XI IPA 4	1-2	Teknik dasar permainan bola voli, meliputi passing dan servis
28	Senin, 29-08-2016	XI IPS 1	3-4	Teknik dasar permainan bola

				voli, meliputi passing dan servis
29	Selasa, 30-08-2016	XI IPS 3	1-2	Teknik dasar permainan bola voli, meliputi passing dan servis
30	Selasa, 30-08-2016	XI IPS 2	3-4	Teknik dasar permainan bola voli, meliputi passing dan servis
31	Selasa, 06-09-2016	XI IPS 3	1-2	Kebugaran jasmani
32	Selasa, 06-09-2016	XI IPS 2	3-4	Kebugaran jasmani
33	Selasa, 13-03-2016	XI IPS 3	1-2	Film psikologi olahraga
34	Selasa, 13-03-2016	XI IPS 2	3-4	Film psikologi olahraga

Hasil kegiatan PPL akan dibahas secara detail, sebagai berikut :

1. Program PPL Individu

a. Penyusunan Rencana Pelaksanaan Pembelajaran

- Bentuk kegiatan : Penyusunan Rencana Pelaksanaan Pembelajaran (RPP) versi Kurikulum 2006
- Tujuan kegiatan : Mempersiapkan pelaksanaan KBM
- Sasaran : Peserta Didik Kelas XII IPA 1, XII IPA 2, XII IPA 3, XII IPA 4, XII IPS 1, XII IPS 2, XI IPA 4, XI IPS 1, XI IPS 2, dan XI IPS 3
- Waktu pelaksanaan : Sebelum praktek mengajar
- Tempat pelaksanaan : SMA N 3 Bantul
- Peran mahasiswa : Pelaksana
- Biaya : 50.000
- Sumber dana : Mahasiswa

b. Praktik mengajar di kelas

- Bentuk kegiatan : Mengajar di lapangan
- Tujuan kegiatan : Menerapkan sistem pembelajaran di sekolah dengan menggunakan ilmu yang telah dimiliki.
- Sasaran : Peserta Didik Kelas XII IPA 1, XII IPA 2, XII IPA 3, XII IPA 4, XII IPS 1, XII IPS 2, XI IPA 4, XI IPS 1, XI IPS 2, dan XI IPS 3

- Waktu pelaksanaan : hari senin kelas XI IPA 4 dan XI IPS 1, hari selasa kelas XI IPS 2 dan XI IPS 3, hari rabu kelas XII IPA 1 dan XII IPA 2, hari kamis kelas XII IPA 3 dan kelas XII IPA 4, hari jumat kelas XII IPS 1 dan XII IPS 2.
(untuk kelas XII diisi pada minggu pertama saja)
 - Tempat pelaksanaan : lapangan olahraga SMA N 3 Bantul
 - Peran mahasiswa : Pelaksana
 - Biaya : -
- c. Penyusunan dan pelaksanaan evaluasi
- Bentuk kegiatan : penugasan dan flashback materi
 - Tujuan kegiatan : Untuk mengetahui sejauh mana siswa paham akan materi yang telah disampaikan
 - Sasaran : Peserta Didik Kelas XII IPA 1, XII IPA 2, XII IPA 3, XII IPA 4, XII IPS 1, XII IPS 2, XI IPA 4, XI IPS 1, XI IPS 2, dan XI IPS 3
 - Waktu pelaksanaan : Flashback materi dilaksanakan saat sehabis colling down, guru menunjuk beberapa siswa untuk maju kedepan dan penugasan dilaksanakan pada minggu setelah materi KD selesai
 - Tempat pelaksanaan : SMA N 3 Bantul
 - Peran mahasiswa : Pelaksana
 - Biaya : -
 - Sumber dana : Mahasiswa

Umpan Balik dari Pembimbing

Selama kegiatan praktek mengajar sampai tanggal 15 September 2016 mahasiswa mendapat bimbingan dari guru pembimbing dan dosen pembimbing PPL. Dalam kegiatan praktek pengalaman lapangan, guru pembimbing dan dosen pembimbing PPL sangat berperan dalam kelancaran penyampaian materi. Dalam mengajar selama PPL, praktikan

mendapat banyak masukan dari guru pembimbing yang sangat berguna dalam mengajar. Disertai dengan berbagai macam cara yang berkaitan dengan penguasaan kelas, penguasaan materi, pengenalan lebih jauh terhadap peserta didik serta bagaimana cara menyusun RPP. Guru pembimbing memberikan pengarahan-pengarahan tentang hal-hal mengajar atau cara-cara untuk mengatasi kendala yang dihadapi. Guru pembimbing di sekolah memberikan saran dan kritik kepada mahasiswa setelah selesai melakukan praktek mengajar sebagai evaluasi dan perbaikan guna meningkatkan kualitas pembelajaran selanjutnya. Hal ini bertujuan untuk meningkatkan kualitas mengajar pada pertemuan selanjutnya. Adapun yang dikoreksi adalah teknik mengajar dan cara mengkondisikan peserta didik saat mengajar. Dosen pembimbing PPL juga memberikan masukan tentang cara penyampaian materi, sistem penilaian yang dilakukan, cara mengelola kelas dan memecahkan persoalan yang dihadapi mahasiswa dalam melakukan proses pembelajaran. Guru pembimbing dan Dosen pembimbing PPL sangat berperan bagi praktikan, karena sebagai mahasiswa yang sedang berlatih mengajar, banyak sekali kekurangan dalam melaksanakan Proses Kegiatan Belajar Mengajar dikelas. Oleh karena itu umpan balik dari guru pembimbing dan Dosen pembimbing PPL sangat diperlukan oleh praktikan.

C. ANALISIS HASIL PELAKSANAAN DAN REFLEKSI

Dari kegiatan yang telah dilaksanakan, praktikan dapat menganalisis beberapa hal, diantaranya adalah

1. Analisis Hasil Pelaksanaan Program PPL

Kemampuan guru dalam menguasai materi dan metode penyampaian merupakan hal terpenting dalam proses belajar mengajar yang diharapkan agar terjadi transfer nilai dan ilmu serta ketrampilan dari guru kepada peserta didik. Akan tetapi bila peserta didik kurang *respect* dan serius terhadap mata pelajaran akan menyebabkan kesulitan dalam pelaksanaan kegiatan belajar mengajar akan terganggu kelancarannya.

Dari kegiatan praktik mengajar di lapangan, praktikan menjadi lebih paham bagaimana cara membuka pelajaran, cara mengelola kelas, cara memotivasi peserta didik, cara menyampaikan dan menyajikan materi, teknik memberikan pertanyaan kepada peserta didik. Walaupun mungkin belum sempurna, tapi praktikan mendapat pengalaman yang berharga.

Karakter yang berbeda dari setiap peserta didik menuntut praktikan untuk memberi perlakuan yang berbeda pula dan merencanakan pengajaran yang kreatif dan persiapan yang matang. Hal ini dilakukan agar peserta didik dapat mengikuti pembelajaran dengan nyaman dan tujuan pembelajaran tercapai. Berdasarkan pelaksanaan praktik mengajar di lapangan dapat disampaikan beberapa hal sebagai berikut :

- a. Konsultasi secara berkesinambungan dengan guru pembimbing sangat diperlukan demi lancarnya pelaksanaan mengajar. Banyak hal yang dapat dikonsultasikan dengan guru pembimbing, baik materi, metode maupun media pembelajaran yang paling sesuai dan efektif diterapkan dalam pembelajaran kelas.
- b. Metode yang disampaikan kepada peserta didik harus bervariasi sesuai dengan tingkat pemahaman peserta didik.
- c. Memberikan motivasi pada tiap peserta didik yang merasa kurang mampu dalam kegiatan pembelajaran.
- d. Memberikan evaluasi baik secara lisan maupun tertulis dapat menjadi umpan balik dari peserta didik untuk mengetahui seberapa banyak materi yang telah disampaikan dapat diserap oleh peserta didik.
- e. Sebelum mengajar, setiap guru atau calon guru mempersiapkan alokasi waktu, silabus, rencana pembelajaran yang berisi langkah-langkah pembelajaran yang akan ditempuh sesuai dengan indikator yang ingin dicapai. Dalam pelaksanaan mengajar di kelas, praktikan menggunakan metode *TGFU*, tanya jawab, diskusi , penugasan, dan. Metode-metode tersebut bertujuan agar materi-materi yang di ajarkan lebih mudah diterima oleh peserta didik.

2. Manfaat PPL Bagi Mahasiswa

Menjalani profesi sebagai guru selama pelaksanaan PPL, telah memberikan gambaran yang cukup jelas bahwa untuk menjadi seorang guru

tidak hanya cukup dalam hal penguasaan materi dan pemilihan metode serta model pembelajaran yang sesuai dan tepat bagi peserta didik namun juga dituntut untuk menjadi manager kelas yang handal sehingga metode dan skenario pembelajaran dapat dilaksanakan sesuai dengan rencana pembelajaran yang telah disiapkan. Pengelolaan kelas yang melibatkan seluruh anggota kelas yang memiliki karakter yang berbeda seringkali menuntut kepekaan dan kesiapan guru untuk mengantisipasi, memahami, menghadapi dan mengatasi berbagai permasalahan yang mungkin terjadi dalam proses pembelajaran. Komunikasi dengan peserta didik di luar jam pelajaran sangat efektif untuk mengenal pribadi peserta didik sekaligus untuk menggali informasi yang berkaitan dengan kegiatan pembelajaran khususnya mengenai kesulitan-kesulitan yang dihadapi peserta didik.

Tidak terlepas dari kekurangan yang ada dan dilakukan oleh mahasiswa selama melaksanakan PPL baik itu menyangkut materi yang diberikan, penguasaan materi dan pengelolaan kelas, kami menyadari bahwa kesiapan fisik dan mental sangat penting guna menunjang kelancaran proses belajar mengajar. Komunikasi yang baik terjalin dengan peserta didik, guru, teman-teman satu lokasi dan seluruh komponen sekolah telah membangun kesadaran untuk senantiasa meningkatkan kualitas.

Selama PPL, praktikan mendapat berbagai pengetahuan dan pengalaman terutama dalam masalah kegiatan belajar mengajar di lapangan. Hal-hal yang didapat oleh praktikan diantaranya sebagai berikut:

- a. Praktikan dapat berlatih menyusun Rencana Pelaksanaan Pembelajaran (RPP).
- b. Praktikan dapat berlatih memilih dan mengembangkan materi, media, dan sumber bahan pelajaran serta metode yang dipakai dalam pembelajaran.
- c. Dalam belajar menyesuaikan materi dengan jam efektif yang tersedia.
- d. Dapat berlatih melaksanakan kegiatan belajar mengajar di lapangan dan mengelola kelas.
- e. Dapat berlatih melaksanakan penilaian hasil belajar peserta didik dan mengukur kemampuan peserta didik dalam menerima materi yang diberikan.

- f. Dapat berlatih membuat soal Ujian Tengah Semester, melaksanakan, mengoreksi,
- g. Dapat mengetahui tugas-tugas guru selain mengajar di kelas (guru piket) sehingga dapat menjadi bekal untuk menjadi seorang guru yang profesional.

3. Faktor Pendukung

- a. Dosen Pembimbing Lapangan (DPL) PPL yang profesional dalam pendidikan, sehingga praktikan diberikan pengalaman, masukan dan saran untuk proses pembelajaran
- b. Guru pembimbing yang sangat perhatian, sehingga kekurangan-kekurangan praktikan dalam proses pembelajaran dapat diketahui. Selain itu, praktikan diberikan masukan-masukan untuk perbaikan.
- c. Peserta didik yang aktif, kooperatif, kritis dan interaktif sehingga menciptakan kondisi yang kondusif dalam proses KBM

4. Praktek Persekolah

Mahasiswa saat melaksanakan PPL di SMA N 3 Bantul selain melakukan praktek mengajar ternyata diberikan kesempatan untuk melaksanakan praktek persekolah, praktek persekolah bertujuan memberikan pengalaman kepada mahasiswa bagaimana kegiatan sehari-hari karyawan SMA N 3 Bantul melaksanakan kegiatannya selain itu mengetahui lebih banyak tentang kondisi sekolah tempat mahasiswa jadikan PPL, adapun praktek persekolah di laksanakan oleh mahasiswa PPL adalah sebagai berikut :

a) Piket Guru

Tugas yang dilaksanakan oleh mahasiswa PPL adalah piket guru dimana mahasiswa melayani peserta didik yang meminta izin, terlambat ,menerima tamu, dan mempresensi peserta didik yang tidak hadir sebagai kegiatan kros cek.

b) Piket salaman pagi

Tugas yang dilakukan mahasiswa PPL setiap pagi yaitu menyambut siswa yang datang kesekolah setiap pagi

c) Program ekstrakurikuler

Program ekstrakurikuler khususnya sepakbola yang dilaksanakan pada hari rabo sore bertempat di lapangan sepakbola SMA N 3 Bantul. Diharapkan dengan adanya program ekstrakurikuler sekolah dapat meningkatkan prestasi siswa dan mampu menggunakan waktu luang untuk kegiatan positif

5. Refleksi

Dari pelaksanaan PPL yang kegiatan-kegiatannya telah direncanakan maka hasilnya dapat dianalisis dan kemudian direfleksikan untuk kemajuan. Berdasarkan perencanaan, pelaksanaan, dan evaluasi yang dilakukan praktikan, dapatlah dianalisis dan diambil beberapa hal sebagai acuan kegiatan di masa mendatang sebagai berikut.

Ada beberapa hambatan yang dihadapi praktikan dalam praktik mengajar, antara lain:

- a. Mahasiswa merasa kesulitan ketika menghadapi kelas yang sangat ramai dengan tingkat emosi dan kenakalan anak-anak yang cukup tinggi.
- b. Mahasiswa merasa kesulitan ketika menghadapi kelas yang sangat pendiam dan masih malu untuk berbicara.
- c. Berkaitan dengan waktu dalam mengajar, mahasiswa praktikan terkadang kurang tepat dalam memperhitungkan waktu dengan bahan pelajaran yang akan diajarkan, sehingga dalam mengajar terkesan terlalu cepat atau terburu-buru.

Ada beberapa usaha untuk mengatasi hambatan-hambatan di atas, antara lain:

- a. Jika suasana kelas ramai sebaiknya praktikan menegur dengan teguran ringan, kemudian apabila kesalahan diulangi lagi praktikan sebaiknya diam sejenak agar peserta didik peka dan paham apa kesalahannya.
- b. Menggunakan metode pembelajaran yang membuat siswa lebih aktif untuk mengutarakan pendapatnya

- c. Mensiasati alokasi waktu yang tersedia dengan menugaskan peserta didik untuk mempelajari di rumah sebelum dilakukan pembahasan di kelas.
- d. Untuk memunculkan motivasi dalam belajar, maka mahasiswa praktikan memberikan “reward” kepada siswa yang berprestasi, aktif serta yang memperhatikan dan merespon pelajaran penjasorkes. Dan tidak langsung menyalahkan siswa apabila dalam menjawab atau menanggapi suatu permasalahan tidak sesuai dengan apa yang diharapkan. Atau dengan kata lain, praktikan harus lebih pintar dalam menggunakan bahasa yang tepat untuk menanggapi jawaban atau pendapat dari siswa. Selain itu praktikan sesekali dapat menyisipkan cerita-cerita tentang masa depan misalnya tentang kehidupan di dunia kampus dan lain-lain yang dapat menambah pengetahuan siswa serta kedekatan dengan siswa.
- e. Dalam mengatasi pembagian waktu yang kurang tepat, praktikan berkonsultasi dengan guru dan pembimbing. Praktikan juga membuat alokasi waktu ketika membuat RPP yang disesuaikan dengan materi yang diajarkan, baik diperhatikan dari tingkat kesulitan ataupun banyak sedikitnya materi. Tetapi dalam praktik mengajar memang terkadang perlu lebih fleksibel karena mungkin terjadi hal-hal yang tidak terduga atau di luar kontrol.
- f. Berkreasi dan berimprovisasi untuk menghindari rasa jenuh atau bosan dalam proses pembelajaran, maka praktikan memanfaatkan fasilitas yang ada dengan sebaik-baiknya dan semaksimal mungkin, berbagai kreasi cara penyampaian dilakukan agar hasil yang dicapai lebih maksimal, pengajaran dilakukan diselingi dengan lelucon
- g. Diciptakan suasana belajar yang serius tetapi santai untuk mengatasi situasi yang kurang kondusif akibat keadaan lingkungan.

BAB III

PENUTUP

A. KESIMPULAN

Dari serangkaian pelaksanaan kegiatan PPL di SMA N 3 Bantul pada bulan Juli - September dapat ditarik kesimpulan sebagai berikut:

1. Kegiatan PPL yang telah dilakukan menjadikan mahasiswa mengerti tentang kegiatan-kegiatan yang biasa dilakukan di sekolah khususnya SMA N 3 Bantul.
2. Kegiatan PPL ini juga menjadikan Mahasiswa mengerti dan paham bagaimana cara mengajar yang baik.
3. Praktik pengalaman lapangan merupakan wahana yang tepat bagi mahasiswa calon guru untuk menerapkan ilmu yang telah diperoleh di Universitas untuk diterapkan di lapangan.
4. Kegiatan praktek pengalaman lapangan dapat digunakan sebagai sarana untuk memperoleh pengalaman yang faktual sebagai bekal untuk menjadi tenaga kependidikan yang kompeten dalam bidang masing-masing.
5. Praktik pengalaman lapangan merupakan pengembangan dari empat kompetensi bagi praktikan, yaitu kompetensi pedagogik, personal, kompetensi professional, dan kompetensi interpersonal.
6. Praktik merupakan pengalaman menambah bekal bagi calon guru di luar tugas mengajar.
7. Kegiatan PPL bermanfaat bagi mahasiswa untuk memberikan pengalaman dan gambaran nyata mengenai pembelajaran di sekolah sebagai bekal bagi seorang calon pendidik sebelum terjun dalam dunia pendidikan secara utuh.
8. Kegiatan PPL memberikan kesempatan bagi mahasiswa untuk dapat mengembangkan potensi dan kreativitasnya, misal dalam pengembangan media, menyusun materi sendiri dan menggunakan metode pembelajaran berdasarkan kompetensi yang ingin dicapai.

B. SARAN

Berdasarkan pelaksanaan PPL selama kurang lebih sepuluh minggu (dua bulan) di SMA N 3 Bantul ada beberapa saran yang praktikan sampaikan yang mungkin dapat digunakan sebagai masukan, antara lain:

1. Untuk UPPL :

- a. Pihak UPPL perlu memperhatikan antara jumlah mahasiswa dengan kuota bidang studi yang di butuhkan oleh sekolah
- b. Perlu adanya pembekalan PPL berdasarkan kurikulum 2013 yang lebih mendalam sebelum mahasiswa terjun di lapangan.
- c. Pihak UPPL sebaiknya memberi keterangan yang jelas mengenai alokasi dan meningkatkan kualitas fasilitas yang diberikan kepada mahasiswa.
- d. Kemitraan dan komunikasi antara UNY dan SMA N 3 Bantul lebih ditingkatkan lagi demi kemajuan dan keberhasilan program PPL UNY serta kemajuan dan keberhasilan SMA N 3 Bantul.
- e. Perlu meningkatkan kerjasama antara UPPL dan Dosen Pembimbing Lapangan dalam memonitoring mahasiswa PPL.
- f. Jangan digabung waktu antara kkn dan ppl karena tidak bisa fokus dalam melakukan kegiatan ppl dan kkn

2. Untuk Sekolah

- a. Pihak SMA N 3 Bantul sebaiknya dapat memberikan gambaran-gambaran agenda sekolah, sehingga apabila terjadi pengurangan jam pelajaran atau tidak ada KBM, mahasiswa dapat menyesuaikan.
- b. Sarana dan prasarana penunjang pembelajaran khususnya olahraga perlu ditambah dan diperbaharui supaya kegiatan pembelajaran dapat berjalan lancar

3. Untuk Mahasiswa

- a. Mahasiswa agar lebih mempersiapkan diri baik fisik, mental, materi, dan keterampilan mengajar yang nantinya sangat diperlukan dalam mengajar. Karena waktunya bersamaan dengan KKN
- b. Menjalin komunikasi yang baik antar anggota kelompok maupun dengan warga sekolah.
- c. Perlu peningkatan kemampuan pengelolaan kelas dengan mendalami karakter peserta didik sehingga pembelajaran dapat terlaksana dengan lancar.

- d. Penyampaian materi lebih ditekankan pada aplikasi dalam kehidupan sehari-hari sehingga peserta didik dapat menemukan konsep sejarah secara mandiri.

DAFTAR PUSTAKA

TIM Penyusun Panduan PPL UNY. 2015. *Panduan PPL/ Magang III*. Yogyakarta: UNY PRESS.

TIM PP PPL & PKL LPPM UNY. 2015. *Panduan Pengajaran Mikro*. Yogyakarta: UNY PRESS

TIM PP PPL & PKL LPPM UNY. 2014. *Materi Pembekalan Pengajaran Mikro PPL*. Yogyakarta: UNY PRESS.

Lampiran

**KALENDER PENDIDIKAN SMA NEGERI 3 BANTUL
TAHUN PELAJARAN 2016/2017**

	JULI 2016					
AHAD		3	10	17	24	31
SENIN		4	11	18	25	
SELASA		5	12	19	26	
RABU		6	13	20	27	
KAMIS		7	14	21	28	
JUMAT	1	8	15	22	29	
SABTU	2	9	16	23	30	

	AGUSTUS 2016					
	1	8	15	22	29	
	2	9	16	23	30	
	3	10	17	24	31	
	4	11	18	25		
	5	12	19	26		
	6	13	20	27		

	SEPTEMBER 2016					
		4	11	18	25	
		5	12	19	26	
		6	13	20	27	
		7	14	21	28	
1	8	15	22	29		
2	9	16	23	30		
3	10	17	24			

	OKTOBER 2016					
		2	9	16	23	30
	3	10	17	24	31	
	4	11	18	25		
	5	12	19	26		
	6	13	20	27		
	7	14	21	28		
1	8	15	22	29		

	NOVEMBER 2016					
AHAD		6	13	20	27	
SENIN		7	14	21	28	
SELASA	1	8	15	22	29	
RABU	2	9	16	23	30	
KAMIS	3	10	17	24		
JUMAT	4	11	18	25		
SABTU	5	12	19	26		

	DESEMBER 2016					
		1	11	18	25	
		2	12	19	26	
		3	13	20	27	
		4	14	21	28	
		5	15	22	29	
		6	16	23	30	
		7	17	24	31	

	JANUARI 2017					
	1	8	15	22	29	
	2	9	16	23	30	
	3	10	17	24	31	
	4	11	18	25		
	5	12	19	26		
	6	13	20	27		
	7	14	21	28		

	FEBRUARI 2017					
		5	12	19	26	
		6	13	20	27	
		7	14	21	28	
1	8	15	22			
2	9	16	23			
3	10	17	24			
4	11	18	25			

	MARET 2017					
AHAD		5	12	19	26	
SENIN		6	13	20	27	
SELASA		7	14	21	28	
RABU	1	8	15	22	29	
KAMIS	2	9	16	23	30	
JUMAT	3	10	17	24	31	
SABTU	4	11	18	25		

	APRIL 2017					
		2	9	16	23	30
		3	10	17	24	
		4	11	18	25	
		5	12	19	26	
		6	13	20	27	
		7	14	21	28	
1	8	15	22	29		

	MAY 2017					
		7	14	21	28	
		8	15	22	29	
		9	16	23	30	
		10	17	24	31	
		11	18	25		
		12	19	26		
		13	20	27		

	JUNI 2017					
		1	8	15	22	29
		2	9	16	23	30
		3	10	17	24	31
		4	11	18	25	
		5	12	19	26	
		6	13	20	27	
		7	14	21	28	
		8	15	22	29	
		9	16	23	30	
		10	17	24		

KETERANGAN : KALENDER SMA/SMK/SMALB

- | | | | |
|----|---------------------------------------|---|---|
| 1 | 1 s.d. 9 Juli 2016 | : | Libur Kenaihan kelas |
| 2 | 6 dan 7 Juli 2016 | : | Hari Besar Idul Fitri 1437 H |
| 3 | 11 s.d. 16 Juli 2016 | : | Hari libur Idul Fitri 1437 H Tahun 2016 |
| 4 | 18 s.d. 20 Juli 2016 | : | Hari-hari pertama masuk sekolah |
| 5 | 17 Agustus 2016 | : | HUT Kemerdekaan Republik Indonesia |
| 6 | 5 September 2016 | : | Hari Ulang Tahun Sekolah |
| 7 | 12 September 2016 | : | Hari Besar Idul Adha 1437 H |
| 8 | 19- 24 september 2016 | : | UTS Semester 1 |
| 9 | 2 Oktober 2016 | : | Tahun Baru Hijriyah 1438 H |
| 10 | 25 November 2016 | : | Hari Guru Nasional |
| 11 | 1 s.d. 8 Desember 2016 | : | Ulangan Akhir Semester |
| 12 | 12 Desember 2016 | : | Maulid Nabi Muhammad SAW 1438 H |
| 13 | 14 s.d. 16 Desember 2016 | : | Porsemitas |
| 14 | 17 Desember 2016 | : | Penerimaan Laporan Hasil Belajar (LHB) |
| 15 | 19 s.d. 31 Des 2016 | : | Libur Semester Gasal |
| 16 | 25 Desember 2016 | : | Hari Natal 2016 |
| 17 | 1 Januari 2017 | : | Tahun Baru 2017 |
| 18 | 28 Januari 2017 | : | Tahun Baru Imlek 2568 |
| 19 | 27 Februari - 4 Maret 2017 | : | Ujian Praktek kelas XII Th 2016-2017 |
| 20 | 20 s.d. 28 Maret 2017 | : | Ujian Sekolah |
| 21 | 28 Maret 2017 | : | Hari Raya Nyepi |
| 22 | 3 s.d. 6, April 2017 | : | UN SMA/SMK/SMALB (Utama) untuk PBT |
| 23 | 3 s.d. 6, dan 10 s.d. 11 April 2017 | : | UN SMA/SMK/SMALB (Utama) untuk CBT |
| 24 | 10 s.d. 13 April 2017 | : | UN SMA/SMK/SMALB (Susulan) untuk PBT |
| 25 | 14 April 2017 | : | Wafat Isa Almasih |
| 26 | 17 s.d. 20, dan 24 s.d. 25 April 2017 | : | UN SMA/SMK/SMALB (Susulan) untuk CBT |
| 27 | 24 April 2017 | : | Isra Miraj 2017 |
| 28 | 1 Mei 2017 | : | Libur Hari Buruh Nasional tahun 2017 |
| 29 | 2 Mei 2017 | : | Hari Pendidikan Nasional tahun 2017 |
| 30 | 11 mei 2017 | : | Hari Raya Waisak 2017 |
| 31 | 25 Mei 2017 | : | Kenaihan Isa Almasih |
| 32 | 1 s.d. 8 Juni 2017 | : | Ulangan Kenaihan Kelas |
| 33 | 17 Juni 2017 | : | Penerimaan Laporan Hasil Belajar (Kenaihan Kelas) |

Bantul, 13 Mei 2016
Kepala Sekolah

Drs. Endah Hardjanto, M. Pd.
NIP 196311151990031007

SILABUS

Nama Sekolah : SMA Negeri 3 Bantul
Mata Pelajaran : Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan
Kelas/Semester : XI / 1
Standar Kompetensi : 1. Mempraktikkan berbagai keterampilan permainan olahraga dalam bentuk sederhana dan nilai-nilai yang terkandung didalamnya.

[illegible]

SILABUS

Nama Sekolah : SMA Negeri 3 Bantul
Mata Pelajaran : Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan
Kelas/Semester : XI / 1
Standar Kompetensi : 2. Mempraktikkan berbagai keterampilan permainan olahraga dalam bentuk sederhana dan nilai-nilai yang terkandung didalamnya.

[illegible]

		<ul style="list-style-type: none"> Menyaksikan teknik permainan softball melalui VCD, LCD dan TV. 						Erlangga.	nsi - Demo krase - Rasa ingin tahu - Kreatif - Menghargai Prestasi - Bersahabat - Komunikatif - Mandiri dan jujur
--	--	--	--	--	--	--	--	-----------	--

Kompetensi Dasar	Materi Pokok/ Pembelajaran	Kegiatan Pembelajaran	Indikator	Penilaian			Alokasi Waktu	Alat/Sumber Belajar
				Teknik	Bentuk Instrumen	Contoh Instrumen		
2.1. Mempraktikkan keterampilan bermain <i>salah satu</i> permainan	Bulutangkis	<ul style="list-style-type: none"> Melakukan koordinasi teknik dasar memukul forehand, memukul backhand, dan servis 	<ul style="list-style-type: none"> Latihan `koordinasi teknik dasar me-mukul forehand, 	Tes	<ul style="list-style-type: none"> Tes keterampilan Tes sikap 	<ul style="list-style-type: none"> Tes pukulan forehand dan 	6 X 4 menit	<ul style="list-style-type: none"> Raket Shuttlecock Lapangan

dan olahraga beregu bola kecil dengan menggunakan alat dan peraturan yang dimodifikasi serta nilai kerjasama, kejujuran, menghargai, semangat, dan percaya diri**).		<p>bulutangkis (berpasangan dan berkelompok) dengan koordinasi yang baik.</p> <ul style="list-style-type: none"> Bermain bulutangkis dengan menggunakan peraturan yang dimodifikasi untuk menumbuhkan dan mem-bina nilai-nilai kerjasama, kejujuran, menghargai, semangat, dan percaya diri. 	<p>memukul backhand, dan servis bulu-tangkis (berpasang-an dan berkelompok)</p> <ul style="list-style-type: none"> Bermain bulutangkis dengan menggunakan peraturan yang dimodifikasi. 	Tes	<ul style="list-style-type: none"> Tes pengetahuan Pengamatan/observasi 	<p>backhand</p> <ul style="list-style-type: none"> Tes servis Bermain bulutangkis 		<p>bulutangkis</p> <ul style="list-style-type: none"> Net/jarring bulutangkis Peluit Sumber: <i>Buku Penjasor kes SMA Kelas XI, Drs. Muhajir, M.Ed, Jakarta: Erlangga.</i>
---	--	---	---	-----	---	---	--	---

Kompetensi Dasar	Materi Pokok/ Pembelajaran	Kegiatan Pembelajaran	Indikator	Penilaian			Alokasi Waktu	Alat/Sumber Belajar
				Teknik	Bentuk Instrumen	Contoh Instrumen		
2.2. Mempraktikkan	Tenis meja	• Melakukan latihan koor-	•Latihan koordinasi	Tes	• Tes	•Tes	6 X 45	• Bet/pem

keterampilan bermain <i>salah satu</i> permainan dan olahraga beregu bola kecil dengan menggunakan alat dan peraturan yang dimodifikasi serta nilai kerjasama, kejujuran, menghargai, semangat, dan percaya diri**))		<p>dinasi teknik dasar memukul forehand, memukul back-hand, dan servis tenis meja (berpasangan dan berkelompok) dengan koordinasi yang baik.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Bermain tenis meja dengan menggunakan peraturan yang dimodifikasi untuk menumbuhkan dan membina nilai-nilai kerjasama, kejujuran, menghargai, semangat, dan percaya diri. 	<p>teknik dasar memukul forehand, memukul backhand, dan servis tenis meja (berpasangan dan berkelompok).</p> <ul style="list-style-type: none"> • Bermain tenis meja dengan menggunakan peraturan yang dimodifikasi. 	Tes	<p>keterampilan</p> <ul style="list-style-type: none"> • Tes sikap • Tes pengetahuan • Pengamatan/observasi 	<p>pukulan forehand dan backhand</p> <ul style="list-style-type: none"> • Tes servis • Bermain tenis meja 	menit	<p>ukul</p> <ul style="list-style-type: none"> • Bola ping-pong • Meja ping-pong • Net/jarring tenis meja • Peluit • Sumber: <i>Buku Penjasor kes SMA Kelas XI, Drs. Muhajir, M.Ed, Jakarta: Erlangga</i>
---	--	--	---	-----	--	---	-------	--

SILABUS

Nama Sekolah : SMA Negeri 3 Bantul
Mata Pelajaran : Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan
Kelas/Semester : XI / 1
Standar Kompetensi : 3. Mempraktikkan berbagai keterampilan permainan olahraga dalam bentuk sederhana dan nilai-nilai yang terkandung didalamnya.

Kompetensi Dasar	Materi Pokok/ Pembelajaran	Kegiatan Pembelajaran	Indikator	Penilaian			Alokasi Waktu	Alat/Sumber Belajar
				Teknik	Bentuk Instrumen	Contoh Instrumen		
3.1. Mempraktikkan keterampilan keterampilan atletik dengan menggunakan peraturan yang dimodifikasi serta nilai kerjasama, kejujuran, menghargai, semangat, dan percaya diri **)	Atletik (Lari estafet/sambung)	<ul style="list-style-type: none"> Melakukan latihan koordinasi teknik dasar lari estafet/ sambung (start, gerakan lari, memasuki garis finish) yang dilakukan berkelompok dengan koordinasi yang baik. Melakukan latihan variasi dan kombinasi teknik dasar lari estafet/sambung (start, gerak-an lari, memasuki garis finish) yang dilakukan berkelompok dengan koordinasi yang baik. Perlombaan lari estafet/ 	<ul style="list-style-type: none"> Latihan koordinasi teknik dasar lari estafet/sambung (start, gerakan lari, memasuki garis finish) yang dilakukan berkelompok Variasi dan kombinasi teknik dasar lari estafet/sambung (start, gerakan lari, memasuki garis finish) yang dilakukan berkelompok 	<p>Tes</p> <p>Tes</p>	<ul style="list-style-type: none"> Tes keterampilan Tes sikap Tes pengetahuan 	<ul style="list-style-type: none"> Gerakan start Gerakan lari Memasuki garis finish 	4 X 45 menit	<ul style="list-style-type: none"> Lintasan lari Tongkat estafet Tali pembatas Bendera start Peluit Sumber: <i>Buku Penjasor kes SMA Kelas XI, Drs. Muhajir, M.Ed, Jakarta: Erlangga</i>

		<ul style="list-style-type: none"> • Perlombaan lompat jauh dengan menggunakan peraturan yang dimodifikasi untuk menumbuhkan dan membina nilai-nilai lompat jauh dengan menggunakan peraturan yang dimodifikasi untuk menumbuhkan dan membina nilai-nilai kerjasama, kejujuran, menghargai, semangat, dan percaya diri. 	lompat jauh dengan menggunakan peraturan yang dimodifikasi.		observasi	<ul style="list-style-type: none"> • Tes lompat jauh 		<i>Muhajir, M.Ed, Jakarta: Erlangga.</i>
--	--	--	---	--	-----------	---	--	--

SILABUS

Nama Sekolah : SMA Negeri 3 Bantul
 Mata Pelajaran : Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan
 Kelas/Semester : XI / 1
 Standar Kompetensi : 4. Mempraktikkan aktivitas pengembangan untuk meningkatkan kualitas kebugaran jasmani dan cara pengurannya dan nilai-nilai yang terkandung didalamnya.

--	--	--	--	--	--	--	--	--

SILABUS

Nama Sekolah : SMA Negeri 3 Bantul
Mata Pelajaran : Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan
Kelas/Semester : XI / 1
Standar Kompetensi : 5. Mempraktikkan keterampilan senam dan nilai-nilai yang terkandung didalamnya.

Kompetensi Dasar	Materi Pokok/ Pembelajaran	Kegiatan Pembelajaran	Indikator	Penilaian			Alokasi Waktu	Alat/Sumber Belajar
				Teknik	Bentuk Instrumen	Contoh Instrumen		
5.1. Mempraktikkan keterampilan rangkaian senam ketangkasan dengan menggunakan alat serta nilai percaya diri, kerjasama, tanggungjawab dan menghargai teman.	Aktivitas Uji diri/Senam	<ul style="list-style-type: none"> Melakukan latihan rangkaian senam ketangkasan dengan menggunakan alat (lompat kangkang, lompat jongkok dan berguling di atas peti lompat) dengan koordinasi yang baik. 	<ul style="list-style-type: none"> Latihan rangkaian senam ketangkasan dengan menggunakan alat (lompat kangkang, lompat jongkok dan berguling di atas peti lompat). 	Tes	<ul style="list-style-type: none"> Tes keterampilan Tes sikap Tes pengetahuan Pengamatan/observasi 	<ul style="list-style-type: none"> Tes rangkaian senam ketangkasan Tes rangkaian senam lantai 	4 X 45 menit	<ul style="list-style-type: none"> Lapangan Matras senam Kuda-kuda lompat Box Peluit Sumber: <i>Buku Penjasor kes SMA Kelas XI, Drs. Muhajir,</i>
5.2. Mempraktikkan keterampilan		<ul style="list-style-type: none"> Melakukan latihan rangkaian senam ketangkasan tanpa menggunakan alat (loncat harimau, meroda dan 	<ul style="list-style-type: none"> Latihan rangkaian senam ketangkasan tanpa menggunakan alat (loncat harimau, meroda dan guling 	Tes				

rangkaian senam ketangkasan tanpa menggunakan alat serta nilai percaya diri, kerjasama, tanggungjawab dan menghargai teman.		guling lenting) dengan koordinasi yang baik.	lenting).					<i>M.Ed, Jakarta: Erlangga</i> .
---	--	--	-----------	--	--	--	--	---

SILABUS

Nama Sekolah : SMA Negeri 3 Bantul

Mata Pelajaran : Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan

Kelas/Semester : XI / 1

Standar Kompetensi : 6. Mempraktikkan aktivitas ritmik menggunakan alat dengan koordinasi yang baik dan nilai-nilai yang terkandung didalamnya.

Nama Sekolah : SMA Negeri 3 Bantul
Mata Pelajaran : Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan
Kelas/Semester : XI / 1
Standar Kompetensi : 7. Mempraktikkan *salah satu* gaya renang dan loncat indah dan nilai-nilai yang terkandung didalamnya*)

Kompetensi Dasar	Materi Pokok/ Pembelajaran	Kegiatan Pembelajaran	Indikator	Penilaian			Alokasi Waktu	Alat/Sumber Belajar
				Teknik	Bentuk Instrumen	Contoh Instrumen		
<p>7.1. Mempraktikkan keterampilan salah satu gaya renang untuk pertolongan serta nilai disiplin, kerja keras, keberanian dan tanggungjawab.</p> <p>7.2. Mempraktikkan keterampilan loncat indah dari papan satu meter dengan teknik serta nilai disiplin, kerja keras, keberanian</p>	Aktivitas Renang/Akuatik	<ul style="list-style-type: none"> • Melakukan latihan gerakan kaki renang gaya dada dengan koordinasi yang baik. • Melakukan latihan gerakan lengan renang gaya dada dengan koordinasi yang baik. • Melakukan latihan gerakan pernapasan renang gaya dada dengan koordinasi yang baik. • Melakukan perlombaan renang gaya dada (menempuh jarak 50 meter) untuk menumbuhkan dan memupuk nilai-nilai 	<ul style="list-style-type: none"> •Latihan gerakan kaki renang gaya dada. •Latihan gerakan lengan renang gaya dada. •Latihan gerakan pernapasan renang gaya dada. •Perlombaan renang gaya dada (menempuh jarak 50 meter). 	<p>Tes</p> <p>Tes</p> <p>Tes</p> <p>Tes</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Tes keterampilan • Tes sikap • Tes pengetahuan/observasi 	<ul style="list-style-type: none"> •Tes renang gaya dada (jarak 50 meter) 	8 X 45 menit	<ul style="list-style-type: none"> • Kolam renang • Pelampung renang • Kacamata renang • Peluit • Sumber: <i>Buku Penjasor kes SMA Kelas XI, Drs. Muhajir, M.Ed, Jakarta:</i>

8.2. Memahami cara penularan HIV/AIDS.		<ul style="list-style-type: none"> • Mengidentifikasi cara menghindari HIV/AIDS melalui: cara HIV/AIDS masuk dalam tubuh manusia, masa inkubasi virus HIV/AIDS, cara penularan virus HIV/AIDS, gejala awal terinfeksi virus HIV/AIDS dan kelompok beresiko tinggi terkena HIV/AIDS. • Mengidentifikasi cara pencegahan virus HIV/AIDS melalui: cara pencegahan virus HIV/AIDS dan obat-obatan untuk menyembuhkan virus HIV/AIDS. 	<ul style="list-style-type: none"> • Mengidentifikasi cara penularan HIV/ AIDS. • Mengidentifikasi cara menghindari penularan HIV/AIDS 	Tes	observasi			<p>kes SMA Kelas XI,</p> <p>Drs.</p> <p>Muhajir,</p> <p>M.Ed,</p> <p>Jakarta:</p> <p>Erlangga</p> <p>.</p>
8.3. Memahami cara menghindari penularan HIV/AIDS								



PROGRAM TAHUNAN

Mata Pelajaran : Penjas-Orkes
 Sekolah : SMA Negeri 3 Bantul
 Kelas : XI
 Tahun Pelajaran : 2016 / 2017.

SEM	NO.KD	MATERI	WAKTU (jp)	KET
GASAL	1.1	Permainan Sepakbola	4	
	1.1	Permainan Bolavoli	4	
	1.1	Permainan Bolabasket	4	
	1.3	Lompat tinggi	2	
	1.3	Tolak peluru	2	
	2.1	Latihan Kebugaran Jasmani	2	
	3.1	Senam Lantai tanpa alat	4	
	4.1	Senam Aerobik tanpa alat	2	
	4.2	Senam Aerobik dengan alat	4	
	6.1	Kesehatan (HIV/ AIDS)	2	
		Jumlah	30 jp	
GENAP	7.1	Permainan Sepakbola	4	
	7.1	Permainan Bolavoli	4	
	7.1	Permainan Bolabasket	2	
	7.1	Permainan Bolatangan	2	
	7.3	Atletik (lompat tinggi)	4	
	8.1	Latihan kebugaran jasmani	4	
	9.1	Senam ketangkasan	2	
	10.1	senam aerobik	4	
	13.1	Budaya Hidup Sehat (Pemanfaatan waktu luang)	4	
		Jumlah	30 jp	

Mengetahui :
Kepala Sekolah,

Bantul, Juli 2016
Guru Mata Pelajaran

Drs. Endah Hardjanto, M.Pd.
NIP. 19631115 199003 1 007

Kuntoro Danar Dono
NIP.

Data siswa SMA N 3 Bantul 2016/2017

No	Kelas	Program	Jumlah		Total
			Laki-laki	perempuan	
1.	X	IPA	39	85	124
2.	X	IPS	14	61	61
3.	XI	IPA	31	122	122
4.	XI	IPS	24	65	65
5.	XII	IPA	37	120	120
6.	XII	IPS	11	40	40
Jumlah siswa keseluruhan					532

ANALISIS PBKB

Satuan Pendidikan : SMA NEGERI 3 BANTUL
Mata Pelajaran : PENJAS ORKES
Tahun Pelajaran : 2016-2017

No. Dokumen	FM SMA 3 BTL /
No. Revisi	1
Tanggal berlaku	

No	Tujuan	Ranah			Subtansi Materi	Nilai Karakter Yang dikembangkan	Implementasi Dalam PBM
		Cog	Af	Psi			
1	Mengembangkan keterampilan pengelolaan diri dalam upaya pengembangan dan pemeliharaan kebugaran jasmani serta pola hidup sehat melalui berbagai aktivitas jasmani dan olahraga yang terpilih		V	V	<ul style="list-style-type: none"> ➢ Mengembangkan keterampilan ➢ Mengembangkan dan memelihara kebugaran jasmani ➢ Pola hidup sehat 	kerjasama, kejujuran, kerja keras, dan percaya diri	KD.1.1,1.3,2.1,2.2,2.3,3.1,3.2,7.1,7.2
2	Meningkatkan pertumbuhan fisik dan pengembangan psikis yang lebih baik		V	V	<ul style="list-style-type: none"> ➢ Meningkatkan pertumbuhan fisik ➢ Mengembangkan psikis 	kejujuran, tanggung-jawab, disiplin, dan percaya diri	KD.1.1,1.3,2.1,2.2,2.3,3.1,3.2,7.1,7.2
3	Meningkatkan kemampuan dan keterampilan gerak dasar			V	Meningkatkan kemampuan dan ketrampilan	kejujuran, tanggung-jawab, disiplin, dan percaya diri	KD.1.1,1.3,2.1,2.2,2.3,3.1,3.2,7.1,7.2
4	Meletakkan landasan karakter moral yang kuat melalui internalisasi nilai-nilai yang terkandung di dalam pendidikan jasmani, olahraga dan kesehatan		V		Meletakkan landasan karakter moral	kerjasama, kejujuran, kerja keras, dan percaya diri, tanggung-jawab, disiplin	KD.1.1,1.3,2.1,2.2,2.3,3.1,3.2,7.1,7.2
5	Mengembangkan sikap sportif, jujur, disiplin, bertanggungjawab, kerjasama, percaya diri dan demokratis		V		Mengembangkan sikap	sportif, jujur, disiplin, bertanggungjawab, kerjasama, percaya diri dan demokratis	KD.1.1,1.3,2.1,2.2,2.3,3.1,3.2,7.1,7.2
6	Mengembangkan keterampilan untuk menjaga keselamatan diri sendiri, orang lain dan lingkungan	V	V	V	<ul style="list-style-type: none"> ➢ Mengembangkan keterampilan ➢ Menjaga keselamatan diri 	kerjasama, kejujuran, kerja keras, dan percaya diri.	KD.1.1,1.3,2.1,2.2,2.3,3.1,3.2,7.1,7.2

7	Memahami konsep aktivitas jasmani dan olahraga di lingkungan yang bersih sebagai informasi untuk mencapai pertumbuhan fisik yang sempurna, pola hidup sehat dan kebugaran, terampil, serta memiliki sikap yang positif.	V	V	V	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Memahami konsep aktivitas jasmani ➤ Informasi untuk mencapai pertumbuhan 	kejujuran, kerja keras, dan percaya diri	KD:7.1,7.2,
---	---	----------	----------	----------	---	--	-------------

Jadwal mengajar mahasiswa penjasorkes 15 juli-15 september 2016

no	Hari/Tgl	kelas	Jam Ke	KD/Materi
1	Rabu, 20-07-2016	XII IPA 1	1-2	Kebugaran jasmani
2	Rabu, 20-07-2016	XII IPA 2	3-4	Kebugaran jasmani
3	Kamis, 21-07-2016	XII IPA 3	1-2	Kebugaran jasmani
4	Kamis, 21-07-2016	XII IPA 4	3-4	Kebugaran jasmani
5	Jumat, 22-07-2016	XII IPS 1	1-2	Kebugaran jasmani
6	Jumat, 22-07-2016	XII IPS 2	3-4	Kebugaran jasmani
7	Senin, 25-07-2016	XI IPA 4	1-2	Teknik dasar permainan sepakbola meliputi passing, kontrol dan dribble
8	Senin, 25-07-2016	XI IPS 1	3-4	Teknik dasar permainan sepakbola meliputi passing, kontrol dan dribbling
9	Selasa, 26-07-2016	XI IPS 3	1-2	Teknik dasar permainan sepakbola meliputi passing, kontrol dan dribbling
10	Selasa, 26-07-2016	XI IPS 2	3-4	Teknik dasar permainan sepakbola meliputi passing, kontrol dan dribbling
11	Senin, 01-08-2016	XI IPA 4	1-2	Teknik dasar permainan sepakbola meliputi passing, kontrol dan dribbling
12	Senin, 01-08-2016	XI IPS 1	3-4	Teknik dasar permainan sepakbola meliputi passing, kontrol dan dribbling
13	Selasa, 02-08-2016	XI IPS 3	1-2	Teknik dasar permainan sepakbola meliputi passing, kontrol dan dribbling
14	Selasa, 02-08-2016	XI IPS 2	3-4	Teknik dasar permainan sepakbola meliputi passing, kontrol dan dribbling
15	Senin, 08-08-2016	XI IPA 4	1-2	Teknik dasar permainan bola basket meliputi passing, dribbling, shooting
16	Senin, 08-08-2016	XI IPS 1	3-4	Teknik dasar permainan bola basket meliputi passing, dribbling, shooting
17	Selasa, 09-08-2016	XI IPS 3	1-2	Teknik dasar permainan bola basket meliputi passing, dribbling, shooting
18	Selasa, 09-08-2016	XI IPS 2	3-4	Teknik dasar permainan bola basket meliputi passing, dribbling, shooting
19	Senin, 15-08-2016	XI IPA 4	1-2	Teknik dasar permainan bola basket meliputi passing, dribbling, shooting
20	Senin, 15-08-2016	XI IPS 1	3-4	Teknik dasar permainan bola basket meliputi passing, dribbling, shooting
21	Selasa, 16-08-2016	XI IPS 3	1-2	Teknik dasar permainan bola basket meliputi passing, dribbling, shooting

22	Selasa, 16-08-2016	XI IPS 2	3-4	Teknik dasar permainan bola basket meliputi passing, dribbling, shooting
23	Senin, 22-08-2016	XI IPA 4	1-2	Teknik dasar permainan bola voli, meliputi passing dan servis
24	Senin, 22-08-2016	XI IPS 1	3-4	Teknik dasar permainan bola voli, meliputi passing dan servis
25	Selasa, 23-08-2016	XI IPS 3	1-2	Teknik dasar permainan bola voli, meliputi passing dan servis
26	Selasa, 23-08-2016	XI IPS 2	3-4	Teknik dasar permainan bola voli, meliputi passing dan servis
27	Senin, 29-08-2016	XI IPA 4	1-2	Teknik dasar permainan bola voli, meliputi passing dan servis
28.	Senin, 29-08-2016	XI IPS 1	3-4	Teknik dasar permainan bola voli, meliputi passing dan servis
29.	Selasa, 30-08-2016	XI IPS 3	1-2	Teknik dasar permainan bola voli, meliputi passing dan servis
30.	Selasa, 30-08-2016	XI IPS 2	3-4	Teknik dasar permainan bola voli, meliputi passing dan servis
31.	Selasa, 06-09-2016	XI IPS 3	1-2	Kebugaran jasmani
32.	Selasa, 06-09-2016	XI IPS 2	3-4	Kebugaran jasmani
33.	Selasa, 13-03-2016	XI IPS 3	1-2	Film psikologi olahraga
34.	Selasa, 13-03-2016	XI IPS 2	3-4	Film psikologi olahraga

Guru pembimbing

Kuntoro Danar D, S.Pd

Bantul, September 2016

Mahasiswa

Edwin Aridharmawan

NIM. 13601241101



**MATRIKS PROGRAM KERJA PPL/ MAGANG III UNY
TAHUN 2016**

F01

Kelompok Mahasiswa

Universitas Negeri Yogyakarta

NAMA MAHASISWA : Edwin Aridharmawan.

NAMA SEKOLAH/ LEMBAGA : SMA N 3 BANTUL

ALAMAT SEKOLAH/ LEMBAGA : Gaten, Tritenggo, Bantul

GURU PEMBIMBING : Kuntoro Danar D, S.Pd

NO. MAHASISWA : 1360124110

FAK./ JUR./ PRODI : FIK/POR/PJKR

DOSEN PEMBIMBING : Drs. Suhadi, M.Pd

No.	Program/Kegiatan/PPL/Magang III	Jumlah Jam per Minggu									Jumlah Jam
		Minggu ke I	Minggu ke II	Minggu ke III	Minggu ke IV	Minggu ke V	Minggu ke VI	Minggu ke VII	Minggu ke VIII	Minggu ke IX	
I. Kegiatan mengajar											
1.	Pembuatan RPP										
	a. Persiapan	1	1	1	1		1		1		6
	b. Pelaksanaan	4	4		4		4		4		20

	c. Evaluasi dan tindak lanjut										
2.	Praktik mengajar kelas										
	a. Persiapan	3	2	2	2	2	2	2	1	2	18
	b. Pelaksanaan	9	6	6	6	6	6	6	3	6	54
	c. Evaluasi dan tindak lanjut	3	2	2	2	2	2	2	1	2	18
3.	Bimbingan dan evaluasi dengan guru	1	2.5	1	1	1	1	1	1		9,5
4.	Mempersiapkan daftar hadir dan nilai	1	1	1	1	1	1	2	1	1	10
5.	Membantu mengajar										
	A. Persiapan						0,5	1	1		2,5
	B. Pelaksanaan						2	3	1,5		6,5
	C. Evaluasi dan tindak lanjut						0,5	1	1		2,5
6.	Membuat soal Ujian Tengah Semester										
	A. Persiapan									2	2
	B. Pelaksanaan									4	4
	C. Evaluasi dan tindak lanjut									1	1
7.	Observasi sarana prasarana olahraga										
	A. Persiapan		0,5								0,5
	B. Pelaksanaan		2								2

	C. Evaluasi dan tindak lanjut		0,5								0,5
3.	Mengikuti kegiatan belajar mengajar guru										
	A. Persiapan		1,5			1					2,5
	B. Pelaksanaan		1,5			2					3,5
	C. Evaluasi dan tindak lanjut		0,5			1					1,5
II. Kegiatan non mengajar											
1.	Penerjunan										
	A. Persiapan	0,5									0,5
	B. Pelaksanaan	2									2
	C. Evaluasi dan tindak lanjut	0,5									0,5
2.	Upacara bendera hari senin/ apel pagi										
	A. Persiapan	0,5	0,5	0,5	0,5	0,5	0,5	0,5	0,5		4
	B. Pelaksanaan	1	1	1	1	1	1	1	1		7
	C. Evaluasi dan tindak lanjut	0,5	0,5	0,5	0,5	0,5	0,5	0,5	0,5		4
3.	Upacara bendera 17 agustus										
	A. Persiapan					0,5					0,5
	B. Pelaksanaan					1					1
	C. Evaluasi dan tindak lanjut					0,5					0,5

[illegible]

[illegible]

B. Pelaksanaan									2	2
C. Evaluasi dan tindak lanjut									0,5	0,5
Total										334

Mengetahui/ Menyetujui,

Kepala Sekolah
SMA N 3 BANTUL

Dosen Pembimbing Lapangan,

Drs. Endah Hardjanto, S.Pd
NIP 19631115 1990031 007

Drs. Suhadi, M,Pd
NIP 19600505 198803 1 006



Universitas Negeri Yogyakarta

LAPORAN MINGGUAN PELAKSANAAN PPL UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA TAHUN 2016

NAMA SEKOLAH : SMA NEGERI 3 BANTUL

NAMA MAHASISWA : Edwin Aridharmawan

**ALAMAT SEKOLAH : Gaten, Trirenggo, Bantul
Yogyakarta**

GURU PEMBIMBING : Kuntoro Danar D, S.Pd

FAK/JUR/PRODI : FIK/PJKR/ PJKR

NOMOR MAHASISWA : 13601241101

DPL : Drs. Suhadi, M.Pd

NO	Hari/Tanggal	Nama Kegiatan	Hasil	Hambatan	Solusi
	Minggu				
	1. Jumat, 15 Juli 2016	Upacara Pelepasan Mahasiswa PPL-KKN UNY Tahun 2016 07.30-11.00 WIB	Melaksanakan upacara pelepasan mahasiswa PPL-KKN UNY tahun 2016 pada hari Jumat yang dilaksanakan di GOR UNY dengan mahasiswa PPL di SMA Negeri 3 Bantul yang berjumlah 24 mahasiswa hadir seluruhnya.	Tidak ada	Tidak diperlukan

NO	Hari/Tanggal	Nama Kegiatan	Hasil	Hambatan	Solusi
		Mencari Materi atau Bahan Ajar Pukul 13.00-14.00	Mencari sumber atau bahan ajar mata pelajaran penjaskes yang akan digunakan dalam kegiatan PPL di SMA N 3 Sewon dengan sumber ajar atau buku yang ditemukan sebanyak 2 buku.	Tidak ada	Tidak diperlukan
	2. Sabtu, 16 Juli 2016	Upacara Penerjunan Mahasiswa PPL UNY tahun 2016 di SMA N 3 Sewon Pukul 08.30 - 11.00	Seluruh mahasiswa PPL SMA N 3 Bantul mengikuti kegiatan dengan baik. Kepala SMA N 3 Bantul beserta waka kurikulum, sarpras, dan kemahasiswaan menyampaikan sambutan dan informasi mengenai kegiatan PPL yang akan dilakukan. Selain itu, ibu Yulianti juga memberikan sambutan dan ucapan terimakasih kepada pihak sekolah atas diterimanya mahasiswa PPL.	Tidak ada	Tidak diperlukan

NO	Hari/Tanggal	Nama Kegiatan	Hasil	Hambatan	Solusi
	Minggu I				
	1. Senin, 18 Juli 2016	Piket salaman Pukul 06.30-07.00	Melakukan piket salam kepada murid di depan gerbang SMA N 3 Bantul	Tidak ada	Tidak ada

NO	Hari/Tanggal	Nama Kegiatan	Hasil	Hambatan	Solusi
		Upacara bendera dan Syawalan Masa Pengenalan Lingkungan Sekolah (MPLS) Pukul 07.00-08.30	Kegiatan upacara bendera dan syawalan diikuti oleh seluruh warga SMA N 3 Bantul dengan mahasiswa PPL UNY. Kegiatan MPLS dihadiri oleh kepala SMA N 3 Bantul dan seluruh keluarga besar SMA N 3 Bantul	Mahasiswa belum mengathui teknis pelaksanaan kegiatan apel pagi MPLS dan susunan acara pada kegiatan MPLS.	Mahasiswa mengikuti kegiatan apel pagi dengan datang lebih awal dan bertanya tentang agenda kegiatan MPLS kepada peserta didik baru dan pihak guru.
		Observasi sarana prasarana sekolah Pukul 09.00 - 11.00	Pengecekan kondisi lapangan olahraga di SMA N 3 bantul dan pengecekan peralatan olahraga di gudang.	Terdapat beberapa sarana dan prasarana olahraga yang belum memadai sehingga proses belajar mengajar sedikit terganggu	Pembelian alat olahraga dan pembenahan lapangan yang belum memadai.

NO	Hari/Tanggal	Nama Kegiatan	Hasil	Hambatan	Solusi
		Bimbingan dengan guru pembimbing Pukul 12.00 - 13.00	Baoak guru pembimbing menyuruh mahasiswa untuk mengajar kelas XII untuk pertemuan pertama dengan materi kebugaran jasmani.	Tidak ada	Tidak ada
	2. Selasa, 19 juli 2016	Piket salaman Pukul 06.30 - 7.00	Melakukan piket salam kepada murid di depan gerbang SMA N 3 Bantul	Tidak ada	Tidak ada

NO	Hari/Tanggal	Nama Kegiatan	Hasil	Hambatan	Solusi
		Pembuatan RPP Pukul 08.00 - 12.00	Kegiatan pembuatan RPP dengan materi kebugaran jasmani untuk kelas XII dengan mengoptimalkan gerakan efektif dan menimbulkan kesenangan untuk peserta didik	Tidak ada	Tidak ada
	3. Rabu, 20 juli 2016	Mengajar kelas XII IPA 1 Pukul 07.00 - 08.30	Kegiatan pembelajaran mata pelajaran penjaskes di kelas XII IPA 1 diawali dengan pengenalan mahasiswa PPL UNY yang mengampu mata pelajaran penjaskes di SMA N 3 Bantul dan pengenalan materi kebugaran jasmani. Kegiatan belajar mengajar ini diikuti oleh 30 siswa	Tidak ada	Tidak ada

NO	Hari/Tanggal	Nama Kegiatan	Hasil	Hambatan	Solusi
		Mengajar kelas XII IPA 2 Pukul 08.30 - 10.00	Kegiatan pembelajaran mata pelajaran penjaskes di kelas XII IPA 2 diawali dengan pengenalan mahasiswa PPL UNY yang mengampu mata pelajaran penjaskes di SMA N 3 Bantul dan pengenalan materi kebugaran jasmani. Kegiatan belajar mengajar ini diikuti oleh 30 siswa	Tidak ada	Tidak ada
		Piket loby 11.00 - 13.00	Piket dilakukan dengan menerima informasi dari tamu dan guru mata pelajaran yang berhalangan hadir dan menyampaikan tugas. Selain itu juga menandatangani surat izin bagi siswa yang izin meninggalkan pelajaran karena ada keperluan.	Tidak ada	Tidak ada
	4. Kamis, 21 juli 2016	Mengajar di Kelas XII IPA 3	Kegiatan pembelajaran mata pelajaran	Tidak ada	Tidak ada

NO	Hari/Tanggal	Nama Kegiatan	Hasil	Hambatan	Solusi
		Pukul 07.00 - 08.30	penjaskes di kelas XII IPA 3 diawali dengan pengenalan mahasiswa PPL UNY yang mengampu mata pelajaran penjaskes di SMA N 3 Bantul dan pengenalan materi kebugaran jasmani. Kegiatan belajar mengajar ini diikuti oleh 29 siswa		
		Mengajar di Kelas XII IPA 4 Pukul 08.30 - 10.00	Kegiatan pembelajaran mata pelajaran penjaskes di kelas XII IPA 3 diawali dengan pengenalan mahasiswa PPL UNY yang mengampu mata pelajaran penjaskes di SMA N 3 Bantul dan pengenalan materi kebugaran jasmani. Kegiatan belajar mengajar ini diikuti oleh 30 siswa	Tidak ada	Tidak ada
		Piket loby Pukul 11.00 - 13.00	Piket dilakukan dengan menerima informasi dari tamu dan guru mata pelajaran yang berhalangan hadir dan	Tidak ada	Tidak ada

NO	Hari/Tanggal	Nama Kegiatan	Hasil	Hambatan	Solusi
			menyampaikan tugas. Selain itu juga menandatangani surat izin bagi siswa yang izin meninggalkan pelajaran karena ada keperluan.		
	5. Jumat, 22 juli 2016	Mengajar kelas XII IPS 1 Pukul 07.00-08.30	Kegiatan pembelajaran mata pelajaran penjaskes di kelas XII IPS 1 diawali dengan pengenalan mahasiswa PPL UNY yang mengampu mata pelajaran penjaskes di SMA N 3 Bantul dan pengenalan materi kebugaran jasmani. Kegiatan belajar mengajar ini diikuti oleh 20 siswa	Tidak ada	Tidak ada
		Mengajar di Kelas XII IPS 2 Pukul 08.30-10.00	Kegiatan pembelajaran mata pelajaran penjaskes di kelas XII IPS 2 diawali dengan pengenalan mahasiswa PPL UNY yang mengampu mata pelajaran penjaskes di SMA N 3 Bantul dan	Tidak ada	Tidak ada

NO	Hari/Tanggal	Nama Kegiatan	Hasil	Hambatan	Solusi
			pengenalan materi kebugaran jasmani. Kegiatan belajar mengajar ini diikuti oleh 20 siswa		
		Membantu adminitrasi sekolah Pukul 10.00 - 11.30	Menyelesaikan adminitrasi sekolah, dilakukan oleh seleruh ppl uny	Tidak ada	Tidak ada
	Sabtu, 23 Juli 2016	Pembuatan RPP Pukul 19.00 - 23.00	Pembuatan RPP kelas XI materi teknik dasar permainan sepakbola meliputi teknik passing kaki bagian dalam, kaki bagian luar, kontrol kaki bagian dalam, kaki bagian luar, dan dribbling bola	Tidak ada	Tidak ada
	Minggu ke II				
	Senin, 25 Juli 2016	Piket salaman Pukul 06.30 - 07.00	Piket salam digerbang SMA N 3 Bantul	Tidak ada	Tidak ada
		Upacara pagi Pukul 07.00 - 07.45	Upacara pagi di halaman SMA N 3 Bantul, pembina upacara oleh bapak kelapa sekolah diikuti seluruh warga SMA N 3 Bantul dan mahasiswa PPL	Tidak ada	Tidak ada

NO	Hari/Tanggal	Nama Kegiatan	Hasil	Hambatan	Solusi
			UNY.		
		Evaluasi PPL Pukul 07.45 - 08.00	Evaluasi kegiatan PPL untuk minggu sebelumnya dan pemantapan mengajar untuk minggu berikutnya	Waktu evaluasi yang terlalu mepet bagi mahasiswa yang hendak mengajar jam ke 2	Evaluasi bisa dilakukan setelah jam pelajaran terakhir selesai
		Mengajar kelas XI IPA 4 Pukul 08.00 -09.15	Mengajar kelas XI dengan materi teknik dasar permainan sepakbola meliputi passing, kontrol, dan dribbling. Kegiatan belajar mengajar diikuti oleh 29 peserta didik	Persiapan yang kurang sehingga menimbulkan 'miss komunikasi' sebentar	Persiapan perlu dilakukan sehari sebelum kegiatan mengajar berlangsung agar hal yang tidak diinginkan dapat dihindari
		Mengajar kelas XI IPS 1 Pukul 09.30 - 11.00	Mengajar kelas XI dengan materi teknik dasar permainan sepakbola meliputi passing, kontrol, dan dribbling. Kegiatan belajar mengajar diikuti oleh 22 peserta didik	Tidak ada	Tidak ada

NO	Hari/Tanggal	Nama Kegiatan	Hasil	Hambatan	Solusi
	Selasa, 26 juli 2016	Piket loby Pukul 11.00 - 13.00	Piket dilakukan dengan menerima informasi dari tamu dan guru mata pelajaran yang berhalangan hadir dan menyampaikan tugas. Selain itu juga menandatangani surat izin bagi siswa yang izin meninggalkan pelajaran karena ada keperluan.	Tidak ada	Tidak ada
		Piket salaman Pukul 06.30-07.00	Piket salaman menyambut peserta didik didepan gerbang SMA N 3 Bantul	Tidak ada	Tidak ada
		Mengajar kelas XI IPS 3 Pukul 07.00-08.30	Mengajar kelas XI dengan materi teknik dasar permainan sepakbola meliputi passing, kontrol, dan dribbling. Kegiatan belajar mengajar diikuti oleh 23 peserta didik	Tidak ada	Tidak ada
		Mengajar kelas XI IPS 2 Pukul 08.30 - 10.00	Mengajar kelas XI dengan materi teknik dasar permainan sepakbola meliputi passing, kontrol, dan dribbling. Kegiatan belajar mengajar diikuti oleh	Pertemuan pertama, karakter kelas yang berbeda dari kelas lain membuat proses	Pendekatan dengan peserta didik perlu ditingkatkan

NO	Hari/Tanggal	Nama Kegiatan	Hasil	Hambatan	Solusi
			23 peserta didik	pengelolaan kelas terhambat	
	Rabu, 27 juli 2016	Mengikuti kegiatan belajar mengajar guru Pukul 07.00 - 08.30	Guru pembimbing mengajar kelas XII IPA 2 dengan materi bola voli	Tidak ada	Tidak diperlukan
		Mengikuti kegiatan belajar mengajar guru Pukul 08.30 - 10.00	Guru pembimbing mengajar kelas XII IPA 1 mtateri bola voli	Tidak ada	Tidak diperlukan
		Bimbingan dengan guru dan membeli peralatan olahraga Pukul 10.30 - 12.00	guru pembimbing memberi masukan mengenai proses mengajar kelas XI, lalu memberi perlatan olahraga berupa 2 bola sepak dan 1 keranjang bola.	Tidak ada	Tidak ada
		Piket loby Pukul 12.00 - 13.30		Tidak ada	Tidak ada
		Bersih bersih gudang olahraga Pukul 14.00-16.00	Bersih gudang olahraga dan mendata kembali peralatan olahraga yang masih layak pakai dan tidak layak pakai. Lalu dilakukan penataan.		

NO	Hari/Tanggal	Nama Kegiatan	Hasil	Hambatan	Solusi
	Kamis, 28 juli 2016	Mengajar terbimbing Pukul 10.00-11.45	Konsultasi dengan guru pembimbing mengenai cara mengajar dan pengelolaan kelas yang baik.	Tidak ada	Tidak ada
3.	Minggu III				
	Senin, 01 Agustus 2016	Piket salaman Pukul 06.30 - 07.00	Piket salaman didepan gerbang SMA N 3 Bantul	Tidak ada	Tidak diperlukan
		Apel pagi Pukul 07.00-07.45	Kegiatan apel pagi diikuti oleh seluruh warga SMA N 3 Bantul serta mahasiswa PPL UNY dengan pembina apel bapak kepala sekolah SMA N 3 bantul.	Tidak ada	Tidak diperlukan

NO	Hari/Tanggal	Nama Kegiatan	Hasil	Hambatan	Solusi
		Evaluasi kegiatan PPL Pukul 07.45 - 08.00	Evaluasi kegiatan PPL untuk minggu sebelumnya dan pemantapan mengajar untuk minggu berikutnya dengan diharapkan semakin hari semakin baik	Tidak ada	Tidak ada
		Mengajar kelas XI IPA 4 Pukul 08.00 - 09.30	Review pertemuan pertama materi teknik dasar permainan sepakbola meliputi passing, control, dan dribble lalu penilaian dengan cara kombinasi passing, kontrol, dan dibble. Penilaian ini mengacu pada aspek afektif, kognitif dan psikomotor peserta didik. Pada pertemuan ini diikuti oleh 29 peserta didik	Terdapat beberapa siswa yang tidak bisa menguasai materi	Perlu adanya latihan mandiri (diluar jam pelajaran sekolah)

NO	Hari/Tanggal	Nama Kegiatan	Hasil	Hambatan	Solusi
		Mengajar kelas XI IPS 1 Pukul 09.45 - 10.15	Review pertemuan pertama materi teknik dasar permainan sepakbola meliputi passing, control, dan dribble lalu penilaian dengan cara kombinasi passing, kontrol, dan dribble. Penilaian ini mengacu pada aspek afektif, kognitif dan psikomotor peserta didik. Pada pertemuan ini diikuti oleh 20 peserta didik	Tidak ada	Tidak ada
		Bimbingan dengan guru 10.15 - 11.15	Bercerita tentang pengalaman mengajar		
		Piket loby 11.30 - 13.30	Piket loby sma n 3 bantul	Tidak ada	Tidak diperlukan

NO	Hari/Tanggal	Nama Kegiatan	Hasil	Hambatan	Solusi
	Selasa, 2 Agustus 2016	Piket salaman Pukul 06.30 - 07.00	Menyalami kehadiran siswa		
		Mengajar kelas XI IPS 3 Pukul 07.00 - 08.30	Review pertemuan pertama materi teknik dasar permainan sepakbola meliputi passing, control, dan dribble lalu penilaian dengan cara kombinasi passing, kontrol, dan dribble. Penilaian ini mengacu pada aspek afektif, kognitif dan psikomotor peserta didik. Pada pertemuan ini diikuti oleh 20 peserta didik	Tidak ada	Tidak diperlukan
		Mengajar Kelas XI IPS 2 Pukul 08.30 - 10.00	Review pertemuan pertama materi teknik dasar permainan sepakbola meliputi passing, control, dan dribble lalu penilaian dengan cara kombinasi passing, kontrol, dan dribble. Penilaian ini mengacu pada aspek afektif, kognitif	Tidak ada	Tidak ada

NO	Hari/Tanggal	Nama Kegiatan	Hasil	Hambatan	Solusi
			dan psikomotor peserta didik. Pada pertemuan ini diikuti oleh 20 peserta didik		
		Bimbingan dengan guru Pukul 11.00 - 12.00	Pembenahan RPP		
		Piket loby Pukul 12.00-13.30	Piket loby sekolah		

NO	Hari/Tanggal	Nama Kegiatan	Hasil	Hambatan	Solusi
	Rabu, 3 Agustus 2016	Piket loby Pukul 12.00-13.00	Piket loby sekolah	Tidak ada	Tidak diperlukan
	Kamis, 4 Agustus 2016	Brifing dengan kepala sekolah Pukul 09.30 - 10.00	Melakukan brifing dengan kepala sekolah SMA N 3 Bantul dan waka kurikulum mengenai proses belajar mengajar.	Tidak ada	Tidak diperlukan
		Mencari bahan mengajar Pukul 11.00-12.00	Mencari bahan mengajar untuk pembuatan RPP bola basket, buku dicari diperpustakaan dan mendapatkan 2 buah buku.	Tidak ada	Tidak diperlukan
	Sabtu, 6 Agustus 2016	Pembuatan RPP Pukul 11.00 - 15.00	Membuat RPP teknik dasar permainan bola basket meliputi passing, dribbling dan shooting.	Tidak ada.	Tidak ada

NO	Hari/Tanggal	Nama Kegiatan	Hasil	Hambatan	Solusi
Minggu IV					
	Senin, 8 Agustus 2016	Piket salaman Pukul 0630-07.00	Piket salam diterbang depan SMA N 3 Bantul	Tidak ada	Tidak diperlukan
		Apel Pagi Pukul 07.00-07.45	Apel pagi diikuti seluruh warga besar SMA N 3 Bantul, pembina apel bapak kepala sekolah SMA N 3 Bantul	Tidak ada	Tidak diperlukan
		Evaluasi kelompok PPL Pukul 07.45-08.00	Tetap semangat	Tidak ada	Tidak ada

NO	Hari/Tanggal	Nama Kegiatan	Hasil	Hambatan	Solusi
		Mengajar kelas XI IPA 4 Pukul 08.00 - 09.30	Mengajar kelas XI IPA 4 materi teknik dasar permainan bola basket meliputi passing bounce pass, chest pass, overhead pass, dribbling rendah dribbling tinggi, dan shooting	Tidak ada	Tidak diperlukan
		Mengajar kelas XI IPS 1 Pukul 09.45 - 11.15	Mengajar kelas XI IPS 1 materi teknik dasar permainan bola basket meliputi passing bounce pass, chest pass, overhead pass, dribbling rendah dribbling tinggi, dan shooting		
		Bimbingan dengan guru Pukul 12.00 - 13.00	Pengelolaan kelas agar lebih efektif dengan beberapa cara	Tidak ada	Tidak diperlukan
	Selasa, 9 Agustus 2016	Mengajar kelas XI IPS 3 Pukul 07.00 - 08.30	Mengajar kelas XI IPS 3 materi teknik dasar permainan bola basket meliputi passing bounce pass, chest pass, overhead pass, dribbling rendah	Tidak ada	Tidak diperlukan

NO	Hari/Tanggal	Nama Kegiatan	Hasil	Hambatan	Solusi
			dribbling tinggi, dan shooting		
		Mengajar kelas XI IPS 2 Pukul 08.30 - 10.00	Mengajar kelas XI IPS 2 materi teknik dasar permainan bola basket meliputi passing bounce pass, chest pass, overhead pass, dribbling rendah dribbling tinggi, dan shooting	Tidak ada	Tidak diperlukan
		Piket loby Pukul 11.00 - 13.00	Piket loby sekolah	Tidak ada	Tidak diperlukan
	Rabu, 10 agustus 2016	Piket loby Pukul 10.00 - 12.00	Piket loby sekolah	Tidak ada	Tidak diperlukan
	Kamis, 11 agustus 2016	Piket salaman Pukul 06.30 - 07.00	Piket salaman menyambut peserta didik di depan gerbang SMA N 3 Bantul	Tidak ada	Tidak diperlukan

NO	Hari/Tanggal	Nama Kegiatan	Hasil	Hambatan	Solusi
	Jumat, 12 Agustus 2016	Kegiatan gorong royong Pukul 07.00 - 12.00	Kegiatan belajar mengajar ditiadakan dan diganti dengan kerja bakti bersama oleh guru, karyawan, PPL dan seluruh siswa SMA N 3 BANTUL. Kegiatan ini dilaksanakan guna persiapan lustrum sekolah	Tidak ada	Tidak diperlukan
	Minggu ke V				
	Senin, 15 Agustus 2016	Piket salaman Pukul 06.30-07.00	Piket salaman menyambu peserta didik di depan gerbang SMA N 3 Bantul	Tidak ada	Tidak diperlukan

NO	Hari/Tanggal	Nama Kegiatan	Hasil	Hambatan	Solusi
		Apel pagi Pukul 07.00 - 07.45	Upacara bendera diikuti oleh seluruh keluarga sma n 3 bantul, pembina upacara bapak kepala sekolah.	Tidak ada	Tidak diperlukan
		Mengajar kelas XI IPA 4 Pukul 07.45 - 09.15	Mengajar kelas XI IPA 4 materi teknik dasar permainan bola basket meliputi passing bounce pass, chest pass, overhead pass, dribbling rendah dribbling tinggi, dan shooting. Lalu penilaian dengan cara labu - labu (kombinasi dribbling, passing, dan shhoting/ lay up)	Tidak ada	Tidak diperlukan
		Mengajar kelas XI IPS 1 Pukul 09.30 - 11.00	Mengajar kelas XI IPS 1 materi teknik dasar permainan bola basket meliputi passing bounce pass, chest pass, overhead pass, dribbling rendah dribbling tinggi, dan shooting. Lalu	Tidak ada	Tidak ada

NO	Hari/Tanggal	Nama Kegiatan	Hasil	Hambatan	Solusi
			penilaian dengan cara labu - labu (kombinasi dribbling, passing, dan shhoting/ lay up)		
		Konsultasi Guru Pembimbing PPL Mata Pelajaran Penjas Pukul 11.00 - 12.00	Konsultasi dengan bapak Jamal Sarwana, selaku guru PPL UNY di SMA N 3 Bantul. Beberapa hal yang dikonsultasikan yaitu antara lain tentang RPP dan materi ajar materi titik berat.	Tidak ada	Tidak diperlukan
		Piket loby Pukul 12.00-13.30	Piket loby	Tidak ada	Tidak diperlukan
	Selasa, 16 agustus 2016	Mengajar kelas XI IPS 3 Pukul 07.00 - 08.30	Mengajar kelas XI IPS 1 materi teknik dasar permainan bola basket meliputi passing bounce pass, chest pass, overhead pass, dribbling rendah dribbling tinggi, dan shooting. Lalu penilaian dengan cara labu - labu (kombinasi dribbling, passing, dan shhoting/ lay up)	Tidak ada	Tidak diperlukan

NO	Hari/Tanggal	Nama Kegiatan	Hasil	Hambatan	Solusi
		Mengajar kelas XI IPS 2 Pukul 08.30 - 10.00	Mengajar kelas XI IPS 2 materi teknik dasar permainan bola basket meliputi passing bounce pass, chest pass, overhead pass, dribbling rendah dribbling tinggi, dan shooting. Lalu penilaian dengan cara labu - labu (kombinasi dribbling, passing, dan shhoting/ lay up)	Tidak ada	Tidak diperlukan
		Piket loby Pukul 10.00 - 12.00	Piket loby sekolah	Tidak ada	Tidak ada
5.	Rabu, 17 agustus 2016	Upacara Bendera Pukul 07.00-07.45	Upacara bendera memperingati hari kemerdekaan Indonesia yang ken 71 di SMA N 3 BANTUL, diikuti oleh seluruh keluarga besar SMA N 3 Bantul beserta mahasiswa PPL UNY, UPY dan STIQ, pembina upacara bapak kepala sekolah.	Tidak ada	Tidak diperlukan

NO	Hari/Tanggal	Nama Kegiatan	Hasil	Hambatan	Solusi
	Kamis, 18 agustus 2016	Piket Pagi Pukul 06.30-07.00	Kegiatan piket pagi dilakukan oleh kepala sekolah, guru, peserta didik SMA N 1 Sewon, dan mahasiswa PPL UNY.	Tidak ada	Tidak diperlukan
		Menyusun adminitrasi guru Pukul 09.00-10.30	Menyusun adminitrasi guru berupa pemberitahuan undangan kepada wali murid	Tidak ada	Tidak diperlukan
	Jumat, 19 agustus 2016	Piket salaman Pukul 06.30 - 07.00	Piket salaman menyambut peserta didik di depan gerbang SMA N 3 Bantul.	Tidak ada	Tidak diperlukan
	Sabtu, 20 agustus 2016	Pembuatan RPP Pukul 09.00 - 13.00	Pembuatan RPP materi teknik dasar bola voli meliputi passing atas, passing bawah, servis atas dan service bawah	Tidak ada	Tidak diperlukan
	Minggu ke VI				
	Senin, 22 Agustus 2016	Piket salaman Pukul 06.30 - 07.00	Piket salaman menyambut peserta didik di gerbang SMA N 3 Bantul	Tidak ada	Tidak diperlukan
		Upacara bendera Pukul 07.00 - 07.45	Upacara bendera diikuti oleh seluruh keluarga besar sma n 3 bantul, pembina upacara bapak kepala sekolah.	Tidak ada	Tidak diperlukan

NO	Hari/Tanggal	Nama Kegiatan	Hasil	Hambatan	Solusi
		Mengajar kelas XI IPA 4 Pukul 07.45 - 09.15	Mengajar kelas XI IPA 4 dengan materi teknik dasar permainan bola voli meliputi passing atas, passsing bawah, service atas, dan service bawah	Hampir keseluruhan siswa tidak efektif proses pembelajarannya saat disuruh bermain	Perlu memodifikasi permainan bola voli
		Mengajar kelas XI IPS 1 Pukul 09.30 - 11.00	Mengajar kelas XI IPA 4 dengan materi teknik dasar permainan bola voli meliputi passing atas, passsing bawah, service atas, dan service bawah	Hampir keseluruhan siswa tidak efektif proses pembelajarannya saat disuruh bermain	Perlu memodifikasi permainan bola voli
		Bimbingan dengan guru mata pelajaran penjas Pukul 11.00 - 12.00	Mengevaluasi kegiatan materi permainan bola voli, cara agar pembelajaran bisa lebih efektif	Tidak ada	Tidak diperlukan
		Piket loby Pukul 12.00 - 13.30	Piket loby SMA N 3 Bantul	Terdapat beberapa tamu yang meminta bertemu salah satu peserta didik / guru	Jaringan komunikasi perlu ditingkatkan lagi

NO	Hari/Tanggal	Nama Kegiatan	Hasil	Hambatan	Solusi
				tetapi sering miss komunikasi	
	Selasa, 23 agustus 2016	Piket Salaman Pukul 06.30 - 07.00	Piket salaman di depan gerbang SMA N 3 Bantul	Tidak ada	Tidak diperlukan
		Mengajar kelas XI IPS 3 Pukul 07.00-08.30	Mengajar kelas XI IPA 4 dengan materi teknik dasar permainan bola voli meliputi passing atas, passsing bawah, service atas, dan service bawah	Hampir keseluruhan siswa tidak efektif proses pembelajarannya saat disuruh bermain	Perlu memodifikasi permainan bola voli
		Mengajar kelas XI IPS 2 Pukul 08.30 - 10.00	Mengajar kelas XI IPA 4 dengan materi teknik dasar permainan bola voli meliputi passing atas, passsing bawah, service atas, dan service bawah	Hampir keseluruhan siswa tidak efektif proses pembelajarannya saat disuruh bermain	Perlu memodifikasi permainan bola voli
		Piket loby Pukul 11.00 - 13.00	Piket loby sma n 3 bantul	Tidak ada	Tidak diperlukan
6.					

NO	Hari/Tanggal	Nama Kegiatan	Hasil	Hambatan	Solusi
	Rabu, 24 agustus 2016	Piket salaman Pukul 06.30 - 07.00	Piket salaman menyambut peserta didik di depan gerbang SMA N 3 Bantul	Tidak ada	Tidak diperlukan
		Piket loby Pukul 10.00 - 12.00	Piket loby sma n 3 bantul	Tidak ada	Tidak diperlukan
	Kamis, 25 agustus 2016	Membantu mengajar Pukul 07.00 - 09.15	Membantu mengajar kelas X dikarenakan guru pembimbing berhalangan hadir, materi yang disampaikan adalah teknik dasar permainan bola tangan.	Persiapan yang kurang	Pematangan persiapan
	Sabtu, 27 Agustus 2016	Kerja bakti Pukul 15.00 - 01.00	Membantu kerja bakti persiapan jalan sehat di sma n 3 bantul.	Tidak ada	Tidak diperlukan
	Minggu, 28 Agustus 2016	Jalan sehat Pukul 06.00-13.00	Jalan sehat memperingati lustrum ke 5 sma n 3 bantul diikuti oleh seluruh keluarga besar sma n 3 bantul dan warga sekitar sma n 3 bantul. Acara	Tidak ada	Tidak diperlukan

NO	Hari/Tanggal	Nama Kegiatan	Hasil	Hambatan	Solusi
			berlangsung sangat meriah dengan hadiah utama sepeda motor.		
		Bersih - bersih Pukul 14.00-16.00	Membantu panitia jalan sehat untuk bubrah panggung dan bersih – bersih lapangan.	Tidak ada	Tidak diperlukan
	Minggu ke VII				
	Senin, 29 Agustus 2016	Piket salaman Pukul 06.30 - 07.00	Piket salam menyambut peserta didik di depan gerbang SMA N 3 Bantul	Tidak ada	Tidak diperlukan
		Apel pagi Pukul 07.00 - 07.45	Apel pagi diikuti oleh PPL UNY dan siswa kelas X dan XI pembina bapak kesiswaan dengan pengumuman mengenai kegiatan lustrum selanjutnya.	Tidak ada	Tidak diperlukan
		Mengajar kelas XI IPA 4 Pukul 07.45 - 09.15	Mengajar kelas XI IPA 4 penilaian teknik dasar permainan bola voli meliputi setiap siswa berapa kali bisa	Tidak ada	Tidak diperlukan

NO	Hari/Tanggal	Nama Kegiatan	Hasil	Hambatan	Solusi
			melakukan passing atas selama satu menit dan berapa kali bisa melakukan passing bawah selama satu menit.		
		Mengajar kelas XI IPS 1 Pukul 09.30 - 11.00	Mengajar kelas XI IPS 1 penilaian teknik dasar permainan bola voli meliputi setiap siswa berapa kali bisa melakukan passing atas selama satu menit dan berapa kali bisa melakukan passing bawah selama satu menit.	Tidak ada	Tidak diperlukan
		Bimbingan dengan guru 11.00 - 12.00	Mengevaluasi kegiatan belajar mengajar		Tidak diperlukan
		Piket Harian Pukul 07.30-11.30	Kegiatan piket harian dilaksanakan di lobi sekolah dengan mahasiswa PPL UNY yang berjaga sebanyak 5 mahasiswa, mahasiswa PPL USD sebanyak 4 orang, dan mahasiswa PPL UAD sebanyak 4 orang. Tugas piket	Tidak ada	Tidak diperlukan

NO	Hari/Tanggal	Nama Kegiatan	Hasil	Hambatan	Solusi
			harian ini adalah sebagai pemencet bel, mengurus buku tamu, dan perijinan.		
	Selasa, 30 agustus 2016	Mengajar kelas XI IPS 3 Pukul 07.00 - 08.30	Mengajar kelas XI IPS 3 penilaian teknik dasar permainan bola voli meliputi setiap siswa berapa kali bisa melakukan passing atas selama satu menit dan berapa kali bisa melakukan passing bawah selama satu menit.		Tidak diperlukan
		Mengajar kelas XI IPS 2 Pukul 08.30 - 10.00	Mengajar kelas XI IPS 2 penilaian teknik dasar permainan bola voli meliputi setiap siswa berapa kali bisa melakukan passing atas selama satu menit dan berapa kali bisa melakukan passing bawah selama satu menit.		Tidak diperlukan
		Rekapitulasi nilai Pukul 10.30 - 11.30	Rekapitulasi nilai afektif, kognitif, dan psikomotor dari materi dasar gerak		Tidak diperlukan

NO	Hari/Tanggal	Nama Kegiatan	Hasil	Hambatan	Solusi
			permainan bola voli		
		Piket loby Pukul 12.00 - 13.00	Piket loby sma n 3 bantul		Tidak diperlukan
	Kamis, 1 september 2016	Kerja bakti Pukul 15.00 - 17.00	Membantu panitia lustrum bagian dekorasi membuat pernik pernik keperluan teater, diikuti oleh 4 siswa		Tidak diperlukan
	Sabtu, 3 september 2016	Piket salam 06.30 - 07.00	Piket salam menyambut peserta didik di depan gerbang SMA N 3 Bantul		Tidak diperlukan
		Membantu mengajar Pukul 07.00 - 08.30	Membantu mengajar kelas xi ipa 1 materi softball		Tidak diperlukan
		Membantu mengajar Pukul 09.30 - 10.15	Membantu mnegajar kelas X dikarenakan ibu wahyu berhalangan hadir, materi bola tangan		Tidak diperlukan
		Kerja bakti Pukul 10.30 - 13.30	Kegiatan belajar mengajar diganti kerja bakti persiapan teater menyambut lustrum sma n3 bantul, diikuti oleh seluruh siswa dan panitia teater, dibantu oleh mahasiswa PPL UNY, STIQ dan		Tidak diperlukan

NO	Hari/Tanggal	Nama Kegiatan	Hasil	Hambatan	Solusi
			UPY.		
		Teater Pukul 16.00 - 20.00	Acara teater dimulai sore hari, bapak kepala sekolah SMA N 3 Bantul membuka acara dan dihadiri oleh seluruh keluarga besar SMA N 3 Bantul. Acara berjalan sangat meriah		Tidak diperlukan
	Minggu, 4 september 2016	Pembuatan RPP Pukul 18.00 - 22.00	Membuat RPP materi kebugaran jasmani dengan metode sirkuit training		
	Minggu VIII				
	Senin, 5 september 2016	Upacara Bendera Pukul 07.00-07.45	Upacara bendera hari memperingati lustrum ke 5 SMA N 3 Bantul, dihadiri oleh bapak bupati bantul sekaligus pembina upacara. Seluruh keluarga besar SMA N 3 Bantul dan PPL berpartisipasi dalam acara.	Tidak ada	Tidak diperlukan
		Serangkaian lomba Pukul 09.00-16.00	Serangkaian beberapa lomba disejakin oleh panitia lustrum diantaranya lomba tumpeng, lomba voli, dan lomba -	Tidak ada	Tiddak diperlukan

NO	Hari/Tanggal	Nama Kegiatan	Hasil	Hambatan	Solusi
			lomba lainnya.		
	Selasa, 6 september 2016	Mengajar kelas XI IPS 3 Pukul 07.00 - 08.30	Mengajar kelas XI IPS 3 materi kebugaran jasmani dengan metode sirkuit training, pada kegiatan ini terdapat unsur kecepatan, kelincahan, koordinasi, ketepatan, dan kekuatan.	Tidak ada	Tidak diperlukan
		Mengajar kelas XI IPS 2 Pukul 08.30 - 10.00	Mengajar kelas XI IPS 2 materi kebugaran jasmani dengan metode sirkuit training, pada kegiatan ini terdapat unsur kecepatan, kelincahan, koordinasi, ketepatan, dan kekuatan.	Terika matahari dan proses pembelajaran yang membutuhkan tenaga membuat para siswa mengeluh kecapean	Perlu adanya pendekatan lagi kepada peserta didik bahwa kebugaran jasmani sangat penting bagi peserta didik dan perlu model pembelajaran yang lebih menyenangkan
		Bimbingan dengan guru Pukul 10.00 - 11.00	Saran mengenai proses mengajar agar peserta didik dapat terkelola dengan baik dengan kondisi yang sedang ada	Tidak ada	Tidak diperlukan
		Piket loby Pukul 11.00 - 13.00	Piket loby SMA N 3 Bantul	Tidak ada	Tidak diperlukan

NO	Hari/Tanggal	Nama Kegiatan	Hasil	Hambatan	Solusi
	Rabu, 7 september 2016	Ekstrakurikuler Pukul 16.00 - 18.00	Mengajar ekstrakurikuler futsal untuk persiapan PAF dengan materi passing, kontrol, dan shooting. Diikuti oleh 12 anak	Kemampuan siswa yang masih kurang	Perlu latihan rutin
	Kamis, 8 september 2016	Piket salaman 06.30 - 07.00	Piket salaman menyambut peserta didik di depan gerbang SMA N 3 Bantul	Tidak ada	Tidak diperlukan
	Jumat, 9 september 2016	Piket salaman 06.30 - 07.00	Piket salaman menyambut peserta didik di depan gerbang SMA N 3 Bantul	Tidak ada	Tidak diperlukan
		Ekstrakurikuler Pukul 16.00 - 18.00	Mengajar ekstra futsal dengan materi taktik menyerang, diikuti oleh 11 anak	Komunikasi antar siswa yang masih kurang	Perlu latihan rutin
	Sabtu, 10 september 2016	Membantu mengajar Pukul 07.00 - 08.30	Membantu mengajar kelas XI IPA 1 materi softball dengan materi melempar, dan memukul	Tidak ada	Tidak diperlukan
	Minggu ke IX				
	Selasa, 13 september 2016	Piket salaman Pukul 06.30-07.00	Kegiatan piket pagi dilakukan oleh PPL UNY menyambut kedatangan siswa	Tidak ada	Tidak diperlukan

NO	Hari/Tanggal	Nama Kegiatan	Hasil	Hambatan	Solusi
			SMA N 3 Bantul.		
		Mengajar kelas XI IPS 3 Pukul 07.00 - 08.30	Mengajar tentang materi psikologi yaitu dengan menonton sebuah film gridiron gang	Tidak ada	Tidak diperlukan
		Mengajar kelas XI IPS 2 Pukul 08.30 - 10.00	Mengajar tentang materi psikologi yaitu dengan menonton sebuah film gridiron gang	Tidak ada	Tidak diperlukan
		Piket loby pukul 10.00 - 12.00	Piket loby	Tidak ada	Tidak diperlukan
	Rabu, 14 september 2016	Piket salaman Pukul 06.30 - 07.00	Kegiatan piket pagi dilakukan oleh PPL UNY menyambut kedatangan siswa SMA N 3 Bantul.		Tidak diperlukan
		Orasi Pukul 07.00 - 08.00	Orasi calon ketua osis baru diikuti oleh seluruh keluarga sma n 3 bantul, dengan 4 calon ketua osis.		Tidak diperlukan
		Mengajar kelas XII IPA 2 Pukul 07.00 - 08.30	Mengajar kelas XII IPA 2 materi softball	Tidak ada	Tidak diperlukan
		Mengajar kelas XII IPA 1	Mengajar kelas XII IPA 1 materi	Tidak diperlukan	Tidak diperlukan

NO	Hari/Tanggal	Nama Kegiatan	Hasil	Hambatan	Solusi
		Pukul 08.30 - 10.00	softball penilaian lempar tangkap bola.		
		Penarikan Pukul 10.00 - 12.00	Pernarikan diikuti oleh ibu pembimbing PPL, bapak kepala sekolah, waka kurikulum, guru pembimbing, serta mahasiswa PPL UNY.	Tidak ada	Tidak diperlukan
		Ekstrakurikuler Pukul 16.00 - 18.00	Ekstrakurikuler sepakbola dengan materi teknik dan taktik	Tidak ada	Tidak diperlukatn
	Jumat, 16 september 2016	Ekstrakurikuler Pukul 16.00 - 18.00	Ekstrakurikuler sepakbola dengan materi teknik dan taktik	Tidak ada	Tidak diperlukan

Yogyakarta, 17 september 2016

Mengetahui,

Dosen Pembimbing Lapangan

Guru Pembimbing

Mahasiswa

Drs. Suhadi, M.Pd
NIP. 1600505 198801 1 006

Kuntoro Danar D, S.Pd

Edwin Aridharmawan
NIM. 13601241101

RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN (RPP)

Sekolah : SMA N 3 BANTUL

Satuan Pendidikan : SMA

Mata Pelajaran : Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan

Kelas/Semester : XII/I

Alokasi Waktu : 4 x 45 menit (2 x pertemuan)

Standar Kompetensi*

1. Mempraktikan berbagai teknik dasar permainan dan olahraga, dan nilai-nilai yang terkandung di dalamnya

Kompetensi Dasar

- 1.2. Mempraktikan teknik dasar salah satu permainan dan olahraga bola kecil beregu dan perorangan, serta nilai kerja sama, kejujuran, dan menghormati lawan*

A. Indikator

- Peserta didik melakukan teknik dasar melempar bola.
- Peserta didik melakukan teknik dasar menangkap bola.
- Peserta didik melakukan teknik dasar memukul bola
- Peserta didik bermain dengan peraturan yang dimodifikasi untuk menanamkan nilai keberanian dan percaya diri

B. Tujuan Pembelajaran

- Peserta didik mampu melakukan teknik dasar melempar bola.
- Peserta didik mampu melakukan teknik dasar menangkap bola.
- Peserta didik mampu melakukan teknik dasar memukul bola
- Peserta didik mampu bermain dengan peraturan yang dimodifikasi untuk menanamkan nilai keberanian dan percaya diri

❖ **Karakter siswa yang diharapkan :**

- Disiplin (*Discipline*)
- Tekun (*diligence*)
- Tanggung jawab (*responsibility*)
- Ketelitian (*carefulness*)
- Kerja sama (*Cooperation*)

Toleransi (*Tolerance*)

Percaya diri (*Confidence*)

Keberanian (*Bravery*)

B. Materi Pembelajaran

1. Teknik Dasar Melempar Bola

Dalam melakukan teknik dasar melempar bola, hal-hal yang perlu diperhatikan adalah caramemegang bola. Bola dipegang sedemikian rupasehingga bola dan telapak tangan masih terdapat rongga, jadi bola tidak menempel pada telapak tangan. Jari telunjuk dan jari tengah untuk menekan bola, sedangkan ibu jari dan jari lainnya sebagai penahan bola agar tidak jatuh.



a. Lemparan atas (*overhand throw*)

Pada saat melempar, ayunan tangan dan langkah kaki secara bersamaan dengan berat badan bertumpu pada kaki yang di depan, badan sedikit condong ke belakang.

b. Lemparan samping (*sidehand throw*)

Pada waktu melempar lengan bawah sejajar dengan bahu dan sedikit lecutan pergelangan tangan.

c. Lemparan bawah (*underhand throw*)

Lemparan bawah digunakan biasanya dalam keadaan darurat dan dilakukan dalam waktu yang cepat, posisi tubuh membungkuk dengan kedua kaki ditekuk.

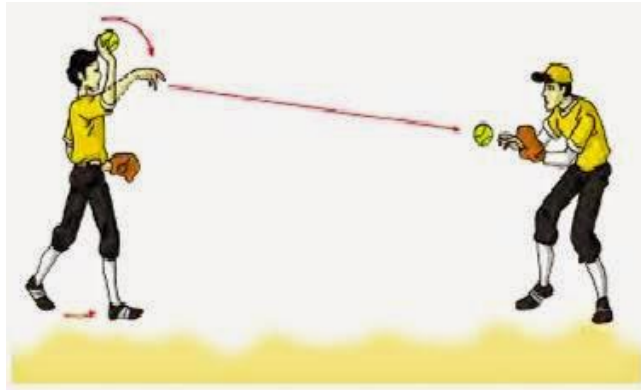
2. Teknik Dasar Menangkap Bola

Teknik menangkap bola dibagi menjadi tiga macam, sesuai dengan arah datangnya bola, yaitu:

a. Bola datar (*straight ball*)

Posisi badan berdiri, kaki kangkang, pandangan lurus ke depan ke arah datangnya bola, posisi kedua tangan siap di depan dada. Bola ditangkap

oleh tangan yang memakai *glove* yaitu tangan kiri, dan tangan kanan siap melempar bola.



b. Bola lambung

Posisi badan ditempatkan tepat di mana bola akan jatuh. Bola ditangkap dengan satu tangan atau dua tangan secara bersamaan.

c. Bola menggelinding (ground ball)

Bola yang datangnya menggelinding di atas tanah ditangkap dengan cara berlutut sedemikian rupa dan tangan yang memakai *glove* ditempatkan tepat pada arah datangnya bola. Sedangkan tangan yang lainnya siap untuk menangkap dan melemparkan bola.



3. Teknik Dasar Memegang Kayu Pemukul (Bat)

Cara memegang kayu pemukul (bat) adalah pemukul dipegang erat-erat dengan kedua tangan merapat atau sedikit renggang dengan posisi tangan kanan di sebelah atas dan tangan kiri di sebelah bawah.

4. Teknik Dasar Memukul Bola

Dalam softball dikenal dua macam pukulan, yaitu:

a. Pukulan swing

1) Sikap awal

Berdiri dengan kedua kaki dijarangkan. Kaki kiri diutar mengarah lurus dengan *pitcher*. Berat badan bertumpu pada kedua kaki dan badan sedikit condong ke depan. Pemukul dipegang erat oleh kedua tangan dan posisi memukul sedemikian rupa sehingga tepat di atas bahu. Lengan kanan lebih rendah daripada lengan kiri dan pandangan lurus ke arah datangnya bola dari *pitcher*.

2) Sikap saat memukul

Setelah bola dilempar oleh *pitcher*, bola segera dipukul secara tepat dengan mengayunkan pemukul ke arah datangnya bola yang dilemparkan oleh *pitcher*. Kaki kanan sedikit ditekuk dan kedua tangan diluruskan.

3) Sikap akhir

Setelah bola berhasil dipukul dengan baik, diikuti dengan gerakan ayunan bat sebagai gerakan lanjutan.



b. Pukulan tumbuk (*bunt*)

Pukulan tumbuk adalah memukul bola tanpa harus mengayunkan pemukul tetapi cukup menahan arah datangnya bola sehingga bola akan jatuh dekat dengan si pemukul. Sikap kedua kaki pada waktu *bunt* cukup dengan posisi kaki disejajarkan dengan arah datangnya bola.

C. Metode Pembelajaran

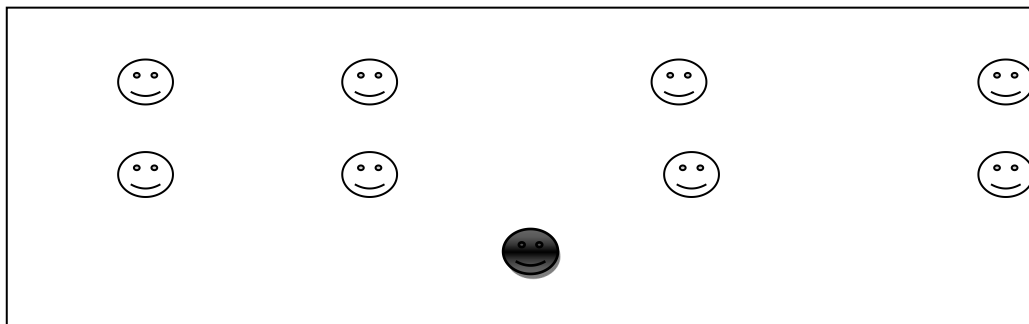
- Instruksi Verbal
- *Inclusive* (cakupan)
- *Part and whole* (bagian dan keseluruhan)
- *Resiprocal* (timbang-balik)

D. Langkah-langkah kegiatan pembelajaran

1 . Kegiatan Pendahuluan (15 menit)

- Berbaris

“Guru mengelola kelas dengan bentuk formasi bersyaf ,selanjutnya diikuti dengan berhitung untuk mengetahui jumlah siswanya. Apabila jumlah siswa lengkap maka tidak perlu melakukan presensi untuk lebih mengefisienkan waktu pembelajaran “



- Berdoa

“berdoa menurut agama dan kepercayaan masing masing siswa agar diberi keselamatan dalam proses pembelajaran dan agar materi pembelajaran dapat bermanfaat“

- Memberikan salam : assalamualaikum WrWb, selamat pagi, menanya tentang kondisi kesehatan hari ini

- Presensi

Kegiatan presensi dilakukan dengan memanggil nama peserta didik satu-persatu .

- Apersepsi

Kegiatan apersepsi bertujuan untuk membentuk pemahaman siswa . Dalam menyajikan pelajaran yang baru dengan menghubungkan dengan hal hal yang dialami dan pengalaman siswa .

Yang akan saya sampaikan pada apersepsi adalah memunculkan daya ingat mengenai materi yang telah dipelajari di tingkat sekolah sebelumnya jika sudah diajarkan . apabila belum pernah diajarkan maka akan saya sampaikan pentingnya mempelajari materi dan memberi tahu manfaat apa yang bisa diambil dan diterapkan dilingkungan masyarakat .

- Pemanasan

- Menggunakan permainan
- Untuk menambah kesiapan otot dalam pembelajaran pemanasan ditambah dengan pemanasan statis yang mengutamakan otot pada kaki.

2 . Kegiatan Inti

A . EKSPLORASI

- Guru memberikan penjelasan dan peragaan cara melakukan teknik dasar softball.
- Siswa mengamati dan memperhatikan penjelasan guru
- Guru memberi tugas pada siswa untuk memperagakan teknik yang dicontohkan oleh guru secara berkelompok.
- Guru memberi tugas pada siswa untuk memperagakan teknik yang dicontohkan oleh guru secara berkelompok.
- Guru memberikan tugas kepada masing-masing peserta didik untuk menyiapkan 1 pertanyaan tentang teknik dasar softball.
- Bermain dengan peraturan sederhana untuk menumbuhkan nilai-nilai nilai kerjasama, toleransi, percaya diri, keberanian, menghargai lawan, bersedia berbagi tempat dan peralatan.

B . ELABORASI

1. Siswa diberi kesempatan untuk berkompetisi secara sehat untuk meningkatkan prestasi belajar teknik dasar softball.
2. Siswa diberi kesempatan untuk berfikir, diskusi, kooperatif dengan siswa lainnya tentang teknik dasar softball
3. Memfasilitasi siswa untuk menyajikan unjuk kebolehan/hasil teknik softball baik individu maupun kelompok

C. KONFIRMASI

1. Memberikan umpan balik terhadap keberhasilan siswa.
2. Memfasilitasi siswa untuk memperoleh pengalaman belajar
3. Memfasilitasi siswa melakukan refleksi untuk memperoleh pengalaman belajar tentang teknik softball.
- 4 . Guru bertanya jawab tentang hal-hal yang belum diketahui siswa
- 5 .Guru bersama siswa bertanya jawab meluruskan kesalahan pemahaman, memberikan penguatan dan penyimpulan

3. Kegiatan Penutup

Dalam kegiatan penutup, guru:

- ☞ Memberikan pendinginan berupa permainan.

- ☞ bersama-sama dengan peserta didik dan/atau sendiri membuat rangkuman/simpulan pelajaran;
- ☞ melakukan penilaian dan/atau refleksi terhadap kegiatan yang sudah dilaksanakan secara konsisten dan terprogram;
- ☞ memberikan umpan balik terhadap proses dan hasil pembelajaran;
- ☞ merencanakan kegiatan tindak lanjut dalam bentuk pembelajaran remedi, program pengayaan, layanan konseling dan/atau memberikan tugas baik tugas individual maupun kelompok sesuai dengan hasil belajar peserta didik;
- ☞ Membariskan siswa menjadi 3 bershaf.
- ☞ Melakukan doa dan menutup pembelajaran.

E. Sumber Belajar

Buku referensi :

Muhajir. Mujahid Jaja. 2006. Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan.
Erlangga

- Alat :
- 1 . pemukul
 - 2 Bola tenis
 3. cone

F. Penilaian

1. Teknik penilaian:

- Tes unjuk kerja (psikomotor):

Lakukan teknik dasar softball meliputi : melempar, menangkap, memukul

Keterangan:

Berikan penilaian terhadap kualitas unjuk kerja peserta ujian, dengan rentang nilai antara 1 sampai dengan 4

Jumlah skor yang diperoleh

Nilai = ----- X 50

Jumlah skor maksimal

- Pengamatan sikap (afeksi):

Lakukan teknik dasar softball sesuai dengan peraturan.dan tunjukkan perilaku sportif.

Keterangan:

Berikan tanda cek (\surd) pada kolom yang sudah disediakan, setiap peserta ujian menunjukkan atau menampilkan perilaku yang diharapkan. Tiap perilaku yang di cek (\surd) mendapat nilai 1

$$\text{Jumlah skor yang diperoleh}$$
$$\text{Nilai} = \frac{\text{-----}}{\text{Jumlah skor maksimal}} \times 30$$

- Kuis/*embedded test* (kognisi):

Jawab secara lisan atau peragaan dengan baik, pertanyaan-pertanyaan mengenai konsep teknik dasar softball

Keterangan:

Berikan penilaian terhadap kualitas jawaban peserta ujian, dengan rentang nilai antara 1 sampai dengan 4

$$\text{Jumlah skor yang diperoleh}$$
$$\text{Nilai} = \frac{\text{-----}}{\text{Jumlah skor maksimal}} \times 20$$

- Nilai akhir yang diperoleh siswa =

$\text{Nilai tes unjuk kerja} + \text{nilai observasi} + \text{nilai kuis}$

2. Rubrik Penilaian

RUBRIK PENILAIAN
UNJUK KERJA TEKNIK DASAR SOFTBALL

Aspek Yang Dinilai	Kualitas Gerak	
	1	2
1. Teknik dasar melempar pada softball 2. Teknik dasar menangkap pada softball 3. Teknik dasar memukul pada softball 4. Teknik dasar berlari pada softball		
JUMLAH		
JUMLAH SKOR MAKSIMAL: 8		

Keterangan : 1. Tidak dapat melakukan teknik dengan benar
2. Dapat melakukan teknik dengan benar

RUBRIK PENILAIAN
PERILAKU DALAM PERMAINAN SOFTBALL

PERILAKU YANG DIHARAPKAN	CEK (✓)
1. Melaksanakan teknik dasar softball dengan sungguh-sungguh	
2. Berani bekerjasama dengan temannya	
3. Mentaati peraturan	
4. Berlaku sportif	
5. Menunjukkan sikap bersungguh-sungguh dalam berlomba	
JUMLAH	
JUMLAH SKOR MAKSIMAL: 5	

RUBRIK PENILAIAN
PEMAHAMAN KONSEP GERAK DALAM
BERMAIN SOFTBALL

Pertanyaan yang diajukan	Kualitas Jawaban			
	1	2	3	4
1. Bagaimana posisi tangan saat melakukan lemparan pitcher? 2. Bagaimana posisi tubuh saat melakukan lemparan? 3. Bagaimana posisi tubuh saat memukul ? 4. Bagaimana posisi kaki saat memukul bola?				
JUMLAH				
JUMLAH SKOR MAKSIMAL: 16				

JAWABAN MENGENAI PEMAHAMAN KONSEP

- 1 . Posisi tangan saat melakukan lemparan adalah diayunkan dari atas kebelakang dan melepaskan bola dari bawah samping lutut. Lengan yang digunakan untuk melempar lurus segaris tidak dibengkokkan.
- 2 . Posisi tubuh saat melakukan lemparan
 Berdiri pada kedua kaki terpisah dengan posisi salah satu kaki didepan terarah pada sasaran. Ayunkan tangan kedepan disertai gerak memutar pinggang dan memindahkan berat badan kedepan.
- 3 . Posisi tubuh saat memukul adalah berdiri menyamping arah bola dengan pandangan mengarah kebola. Lutut agak ditekuk untuk memberikan keseimbangan dan kekuatan dalam pukulan. Pada saat memukul ayunkan pinggang kea rah datangnya bola.
- 4 . Posisi kaki berdiri menyamping dengan kedua kaki menghadap kesamping arah bola. Pada saat bola datang gerakan kaki mengikuti arah bola dan gerakan pinggang.

Mengetahui,
 Guru pembimbing

Kuntoro Danar D, S.Pd

Bantul, September 2016
 Mahasiswa

Edwin Aridharmawan
 Nim.1360124101

RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN

(RPP)

Sekolah : SMA
Mata Pelajaran : Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan
Kelas/ Semester : XI / I
Materi pokok: Permainan Sepakbola
Alokasi Waktu : 2 pertemuan (4 X 45 menit)

Standar Kompetensi

1. Mempraktikkan berbagai keterampilan permainan olahraga dengan teknik dan nilai nilai yang terkandung di dalamnya

Kompetensi Dasar

- 1.1. Mempraktikkan keterampilan teknik bermain salah satu permainan olahraga bola besar secara sederhana serta nilai kerjasama, kejujuran, menghargai, semangat dan percaya diri.

Indikator

1. Melakukan doa sebelum memulai pelajaran
2. Menunjukkan sikap disiplin selama mengikuti pembelajaran
3. Melakukan koordinasi teknik dasar (mengumpan, mengontrol, dan menggiring bola) dibagi menjadi beberapa kelompok dengan menggunakan kaki bagian dalam, punggung kaki dan kaki bagian luar dengan koordinasi yang baik.
4. Bermain sepakbola dengan menggunakan peraturan yang dimodifikasi untuk menumbuhkan dan membina nilai – nilai kerjasama, kejujuran, menghargai, semangat, dan percaya diri.

A. Tujuan Pembelajaran

1. Melafalkan doa menurut agama dan kepercayaan masing-masing
2. Menunjukkan sikap disiplin selama mengikuti pembelajaran
3. Siswa dapat melakukan latihan koordinasi teknik dasar (mengumpan, mengontrol, dan menggiring bola) dibagi menjadi beberapa kelompok

dengan menggunakan kaki bagian dalam, punggung kaki dan kaki bagian luar dengan koordinasi yang baik.

4. Siswa dapat bermain sepakbola dengan menggunakan peraturan yang dimodifikasi untuk menumbuhkan dan membina nilai – nilai kerjasama, kejujuran, menghargai, semangat, dan percaya diri.

B. Materi Pembelajaran

Permainan sepakbola

1. Koordinasi teknik dasar (mengumpan, mengontrol, dan menggiring bola) dibagi menjadi beberapa kelompok dengan menggunakan kaki bagian dalam, punggung kaki dan kaki bagian luar dengan koordinasi yang baik.
2. Bermain sepakbola dengan menggunakan peraturan yang dimodifikasi.

C. Metode Pembelajaran

1. Demonstrasi
2. Cakupan
3. Permainan

D. langkah- langkah pembelajaran

Kegiatan Pendahuluan (15 menit)

- a. Guru membariskan peserta didik menjadi beberapa syaf lalu mengucapkan salam kepada peserta didik.
- b. Guru memimpin doa
- c. Guru harus memastikan bahwa semua peserta didik dalam keadaan sehat, dan absensi.
- d. Guru menanyakan kepada peserta didik mengenai konsep menyerang dengan mencari ruang kosong, dengan memancing peserta didik menceritakan pengalamannya bermain sepakbola.
- e. Guru menyampaikan cakupan materi yang akan dipelajari
- f. Guru menjelaskan kompetensi yang harus dikuasai peserta didik setelah proses pembelajaran (seperti yang tercantum dalam indikator ketercapaian kompetensi) disertai dengan penjelasan manfaat dari kegiatan bermain sepakbola: misalnya bahwa bermain sepakbola dapat meningkatkan kebugaran jasmani.

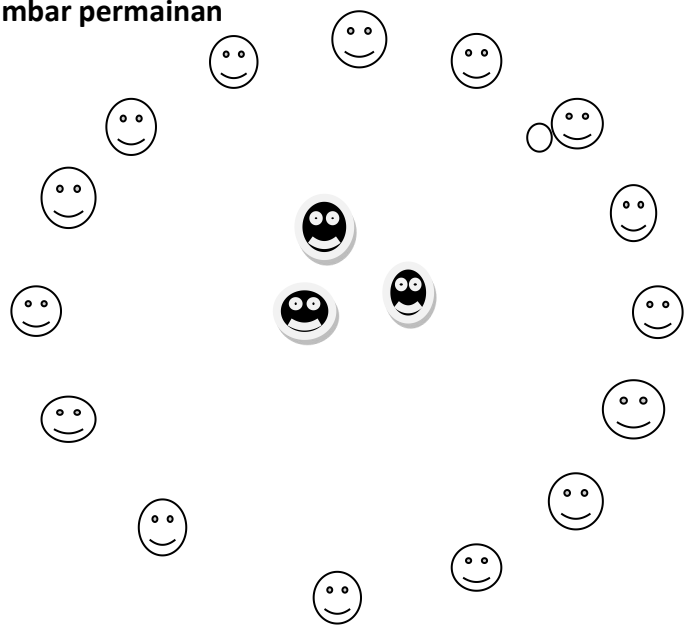
Guru menjelaskan tehnik penilaian untuk kompetensi sepakbola, baik kompetensi

sikap spiritual dengan penilaian diri dan penilaian antar teman: yaitu perilaku keseriusan dalam berdoa, kompetensi sikap sosial: perilaku sportif, disiplin, dan kerjasama, kompetensi pengetahuan: pemahaman mengenai konsep menyerang, prosedur melakukan ruang kosong dalam menyerang, tes tertulis, dan kompetensi terkait keterampilan; taktik menyerang dan bermain sepakbola dengan peraturan yang disederhanakan dan pertandingan. Agar peserta didik terkondisikan dalam materi yang akan diajarkan dengan perasaan senang, maka peserta didik melakukan pemanasan dalam bentuk permainan yang sudah diatur oleh guru , permainannya adalah kucing-kucingan.

Peraturan Permainan :

Permainan menggunakan lapangan yang berukuran 10×10 meter. 3 orang siswa menjadi kucing berada didalam lingkaran siswa, sementara sisa siswa membentuk lingkaran. Siswa yang membentuk lingkaran menguasai bola dan siswa yang menjadi kucing berusaha mengejar. Siswa yang membawa bola tidak boleh melakukan sentuhan lebih dari tiga kali. Setelah melakukan tiga kali sentuhan, bola sentuhan terakhir harus segera di oper teman lainnya yang sedang melingkar. Jika ada salah satu siswa yang bolanya terkena kucing maka siswa tersebut menjadi kucing dan dilakukan pergantian.


Gambar permainan



Keterangan :

😊 : lingkaran siswa

○ : bola sepak

 : kucing / siswa yang harus mengejar bola

A. Langkah langkah pembelajaran

1 . Kegiatan inti (60 menit)

a. Eksplorasi

Pada saat kegiatan pembelajaran berlangsung , guru memberikan sedikit materi yang akan disampaikan diantaranya mengenai sepakbola. Setelah itu guru melakukan beberapa pertanyaan mengenai materi. Siswa melakukan teknik mengumpan, mengontrol, dan menggiring bola sesuai dengan kemampuan siswanya

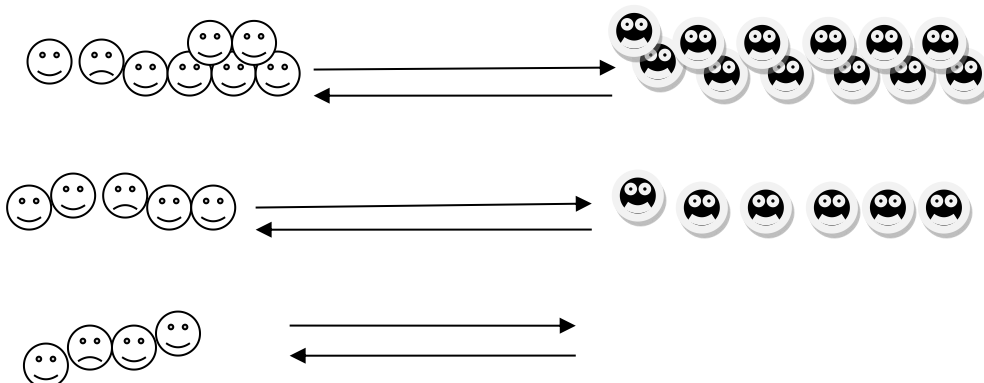
b. Elaborasi

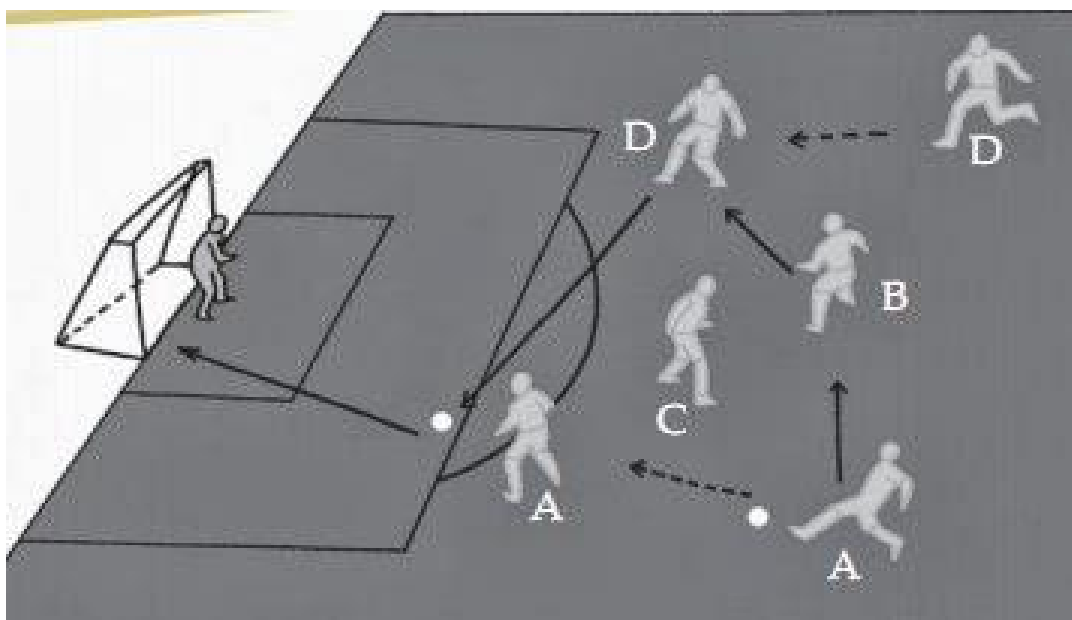
Peserta didik melakukan aktivitas pertama dengan melihat salah satu siswa yang dirasa mampu sebagai contoh atau dari guru. Kemudian mencatat hal-hal yang belum diketahui atau menanyakan kepada guru terkait dengan gerakan awal, lalu melakukan latihan

Bentuk latihan :

1. Siswa dibagi menjadi beberapa kelompok
2. Setiap kelompok tersedia satu bola dan saling berhadapan
3. Latihan pertama melakukan operan menggunakan kaki bagian dalam lalu kontrol dengan kaki bagian dalam
4. Latihan kedua melakukan operan menggunakan kaki bagian luar lalu kontrol dengan kaki bagian luar
5. Latihan ketiga umpan lambung lalu melakukan kontrol bola
6. Latihan keempat menggiring bola

GAMBAR

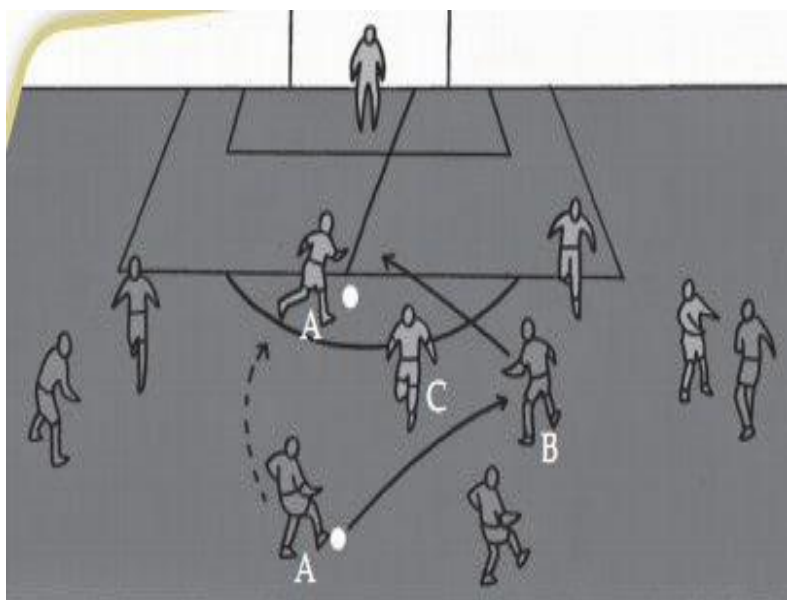




c. **Korfiriasi**

Dilakukan dengan game sesungguhnya.

Dalam permainan ini peserta didik dibagi menjadi dua tim. Digame ini dilakukan penghitungan skor seperti game sesungguhnya.



Pendinginan dan pembarisan (15 menit)

Langkah-langkah Pendinginan:

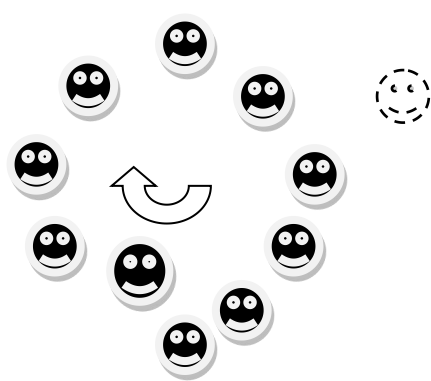
“Domikado”

1. Siswa diinstruksikan untuk tangannya saling menyambung. Tangan kiri berada di bawah tangan kanan rekan yang berdiri di kiri, dan tangan kanan berada di atas tangan kiri rekan yang berdiri di kanan
2. Permainan dimulai dengan menyanyikan lagu **domikado** sambil menepukkan tangan

kanan ke tangan kiri rekan yang di sebelah kirinya, secara berantai dan memutar seperti jarum jam. Ronde berakhir saat lagu berakhir dan anak yang terkena bagian akhir lagu harus keluar.

3. Berikut lagunya : *Do mikado, mikado, eska, eskado, eskado beya beyo, cis, cis, one-two-three-FOUR*

Gambar permainan



Keterangan :



Siswa



arah putaran saat bernyanyi



Guru

Pembarisan

Peserta didik dibariskan kembali membentuk dua syaf dan dihitung kembali jumlah peserta didik

1) Evaluasi

- Guru dan peserta didik membuat evaluasi dari seluruh materi

2) Refleksi dari guru dan peserta didik

- Guru dan peserta didik melakukan refleksi apa yang telah dicapai dan belum dicapai sesuai dengan tujuan yang ditetapkan.

3) Penilaian

- Guru membuat penilaian terhadap keberhasilan proses pembelajaran secara transparan

4) Tindak lanjut dan penjelasan materi minggu depan

- Guru memberikan tugas yang terkait dengan pembelajaran hari ini dan pembelajaran yang akan datang yaitu pertandingan bola voli antar kelompok dengan peraturan yang dimodifikasi, oleh karena itu tiap kelompok ditugaskan untuk berlatih.

5) Berdoa

- Guru menugaskan salah satu peserta didik untuk memimpin berdoa sesuai agama dan kepercayaannya masing-masing.

6) Kembali ke kelas dengan tertib dan tepat waktu.

- Peserta didik kembali ke kelas yang dilakukan dengan tertib, bagi peserta didik yang bertugas mengembalikan peralatan ke tempat semula.

B. Penilaian

Teknik penilaian :

a. Kompetensi Sikap Spiritual dan Sikap Sosial:

Observasi, penilaian diri, penilaian antar teman

b. Kompetensi Pengetahuan : Penugasan

c. Kompetensi Keterampilan : Praktik

C. Media, Alat/Bahan, dan Sumber Belajar

1. Media

- Gambar

2. Alat dan bahan

- Bola sepak : 5 buah
- cone : 6 buah
- Peluit
- Lapangan sepakbola
- stopwatch

3. Sumber Belajar

Buku Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan / Kementrian Pendidikan dan Kebudayaan – Jakarta: Kementrian Pendidikan dan Kebudayaan, 2014.

Penilaian Hasil Belajar

**RUBRIK PENILAIAN
UNJUK KERJA/KETERAMPILAN PERMAINAN SEPAKBOLA**

No	Aspek Yang Dinilai	SKOR			Jumlah
		1	2	3	
1.	Peserta didik mampu melakukan teknik menggiring dengan baik dan benar				
2.	Peserta didik mampu melakukan umpan dengan dengan baik dan benar				
3.	Peserta didik mampu melakukan kontrol bola dengan baik dan benar				
	JUMLAH				
	JUMLAH SKOR MAKSIMAL: 9				

NILAI KETRAMPILAN/UNJUK KERJA = $\frac{\text{JUMLAH SKOR}}{\text{SKOR MAKSIMAL}} \times 100$

RUBRIK PENILAIAN

PENGETAHUAN DALAM PERMAINAN SEPAKBOLA

No	Aspek Yang Dinilai	SKOR			Jumlah
		1	2	3	
1.	Bagaimana cara melakukan umpan bola menggunakan kaki bagian dalam?				
2.	Bagaimana sikap perkenaan kaki agar bola dapat melambung jauh ?				
3.	Bagaimana cara agar bola dapat berhenti dengan baik ?				
4.	Bagaimana cara menggiring bola menggunakan kaki bagian luar?				
	JUMLAH				
	JUMLAH SKOR MAKSIMAL: 12				

- Petunjuk penskoran :
- Skor 3, jika dapat menyebutkan kriteria maksimal
- Skor 2, jika dapat menyebutkan beberapa kriteria
- Skor 1, jika dapat menyebutkan satu kriteria

NILAI KOGNITIF/PNGETAHUAN = $\frac{\text{JUMLAH SKOR}}{\text{SKOR MAKSIMAL}} \times 100$

RUBRIK PENILAIAN

PERILAKU/SIKAP DALAM PERMAINAN SEPAKBOLA

NO	PERILAKU YANG DINILAI	CEK (v)		
		BAIK	SEDANG	KURANG
1	Kerja sama			
2	Tanggung jawab			
3	Disiplin			
	Jumlah nilai afektif/sikap			

BAIK = 80-100
SEDANG = 60-79
KURANG = 40-59

a. Rekapitulasi Penilaian

No.	Nama Peserta Didik	Aspek-Aspek Penilaian			Keterangan
		Sikap	Pengetahuan	Keterampilan	
1.					
2.					
3.					
Dst					

Mengetahui
Guru mata pelajaran

Bantul, 20 Juli 2016
Mahasiswa

Kuntoro Danar D, S.Pd

Edwin Aridharmawan
NIM 13601241101

RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN

(RPP)

Sekolah	: SMA
Mata Pelajaran	: Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan
Kelas/ Semester	: XI / I
Materi pokok	: Teknik Dasar Permainan Bola Basket
Alokasi Waktu	: 2 pertemuan (4 X 45 menit)

A. Standar Kompetensi

1. Mempraktikkan berbagai keterampilan permainan olahraga dalam bentuk sederhana dan nilai-nilai yang terkandung di dalamnya

B. Kompetensi Dasar

- 1.1 Mempraktikkan keterampilan bermain salah satu permainan dan olahraga beregu bola besar serta nilai kerjasama, kejujuran, menghargai, semangat, dan percaya diri**)

C. Indikator

1. Melakukan doa sebelum memulai pembelajaran
2. Menunjukkan perilaku jujur saat bermain
3. Menunjukkan sikap bekerjasama saat bermain
4. Menunjukan sikap berusaha secara maksimal dalam melakukan pembelajaran dengan tetap meningkatkan kemampuan dan menunjukan sikap tawakal terhadap hasil akhir.
5. Menjelaskan cara melakukan teknik dasar bermain bola basket
6. Melakukan cara melakukan teknik dasar bermain bola basket

D. Tujuan

1. Melafalkan doa menurut agama dan kepercayaan masing-masing
2. Peserta didik mampu menunjukkan perilaku jujur selama mengikuti pembelajaran
3. Peserta didik mampu menunjukkan sikap bekerja sama saat mengikuti pembelajaran

4. Peserta didik mampu menunjukkan sikap berusaha secara maksimal dalam melakukan pembelajaran dengan tetap meningkatkan kemampuan dan menunjukkan sikap tawakal terhadap hasil akhir
5. Peserta didik mampu menjelaskan teknik dasar bermain bola basket
6. Peserta didik mampu melakukan teknik dasar bermain bola basket

E. Materi Pembelajaran

Permainan Bola Basket

Dalam melakukan permainan bola basket ada beberapa teknik dasar yang wajib kamu ketahui seperti catching, passing, shooting, dribbling, pivot, rebound dan masih banyak lagi yang lainnya. Hal ini wajib di pelajari, untuk peserta didik teknik dasar dalam permainan bola basket menjadi salah satu faktor utama kamu bisa atau tidak dalam melakukan permainan bola basket dengan baik dan benar.

Untuk peserta didik kelas XI perlu adanya pembelajaran mengenai teknik dasar permainan bola basket, hal yang perlu diajarkan diantaranya passing (bounce pass, overhead pass dan chest pass), dribbling (dribbling pendek dan dribbling tinggi), pivot, dan shooting.



F. Metode Pembelajaran

1. Demonstrasi

G. Media Pembelajaran

1. Lapangan basket
3. Bola basket 5 buah

2. Cone 15 buah

4. Peluit 1 buah

G. Langkah-Langkah Pembelajaran

- Menyiapkan siswa dikelas
- Salam dan berdoa
- Presensi
- Apersepsi
- Tujuan pembelajaran
- Pemanasan

1. Pendahuluan (15 menit)

Guru membariskan peserta didik menjadi beberapa syaff lalu mengucapkan salam kepada peserta didik



- a. Guru memimpin doa
- b. Guru memastikan bahwa semua peserta didik dalam keadaan sehat, dan absensi
- c. Guru menanyakan kepada peserta didik mengenai teknik dasar pada permainan bola basket dengan memancing peserta didik menceritakan pengalamannya bermain bola basket
- d. Guru menyampaikan cakupan materi yang akan dipelajari yaitu: teknik dasar dalam permainan bola basket
- e. Guru menjelaskan kompetensi yang harus dikuasai peserta didik setelah proses pembelajaran (seperti yang tercantum dalam indikator ketercapaian kompetensi) disertai dengan penjelasan manfaat dari kegiatan bermain sepakbola: misalnya bahwa bermain sepakbola dapat meningkatkan kebugaran jasmani.

- f. Guru menjelaskan tehnik dasar bermain bola basket, baik kompetensi sikap spiritual dengan penilaian diri dan penilaian antar teman: yaitu perilaku keseriusan dalam berdoa, kompetensi sikap sosial: perilaku sportif, disiplin, dan kerjasama, kompetensi pengetahuan: pemahaman mengenai konsep bermain bola basket, prosedur melakukan permainan bola basket, dan kompetensi terkait keterampilan; bermain bola basket dengan peraturan yang disederhanakan dan pertandingan

Pemanasan

1. Pemanasan statis dan dinamis dilakukan secara bersama - sama
2. Pemanasan dalam bentuk permainan berupa kucing- kucing an :
 - Dibuat menjadi 2 kelompok, 1 kelompok yang menjadi kucing ada 3 peserta didik.
 - Kucing – kucingan dengan aturan bola harus dilambungkan dan dipantulkan
 - Jika kucing berhasil mendapatkan bola maka bergantian yang jadi kucing

2. Inti (60 menit)

Eksplorasi

Pada saat kegiatan pembelajaran berlangsung , guru memberikan sedikit materi yang akan disampaikan diantaranya dasar gerak bermain bola basket yang meliputi passing, dribbling, shooting dan lay up. Selanjutnya peserta didik eksplorasi sesuai apa yang mereka tahu mengenai teknik dasar bermain bola basket.



Peserta didik : 😊 guru : 😈 cone : △ ● :

bola

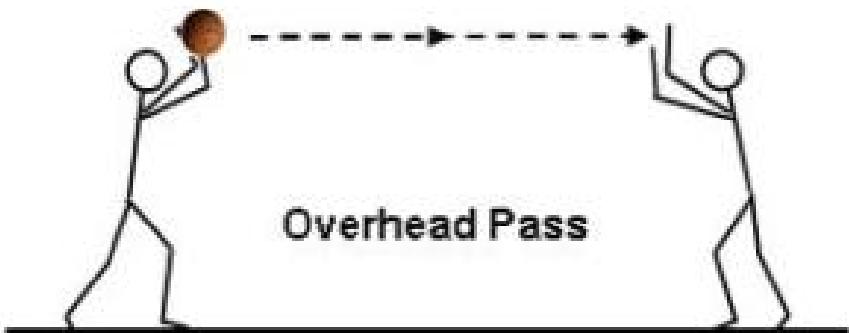
Elaborasi

Guru memberikan penjelasan kepada peserta didik mengenai materi teknik dasar bermain bola basket yang meliputi :

Teknik passing / mengumpan merupakan gerakan melempar bola kepada teman yang masih dalam satu tim. Passing bisa dilakukan dengan menggunakan dua tangan atau satu tangan saja, tujuan dari melakukan passing adalah untuk menjaga bola dari rebutan lawan dan menyusun serangan dengan terobosan matang atau gerak tipuan.

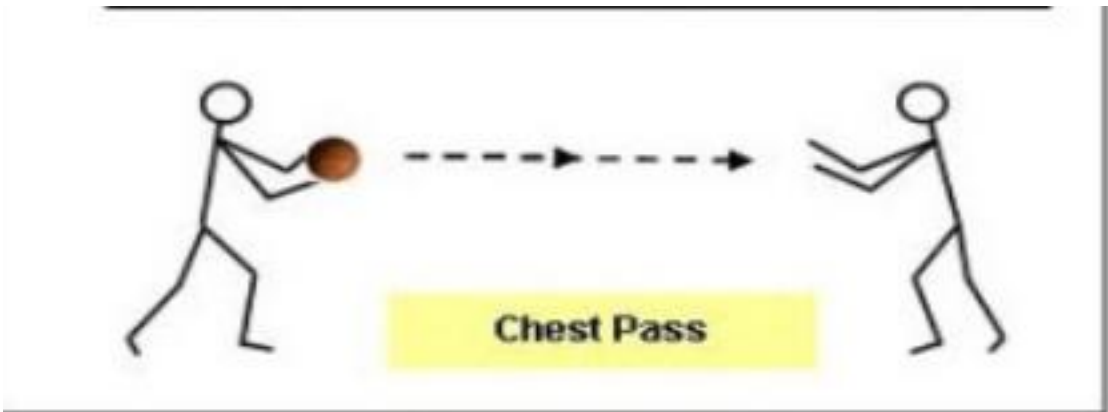
A. Overhead Pass

Teknik passing yang dilakukan dengan posisi bola dari atas kepala. Umpan jenis ini dilakukan untuk melakukan counter attack dengan melemparkan bola jauh ke daerah pertahanan lawan.



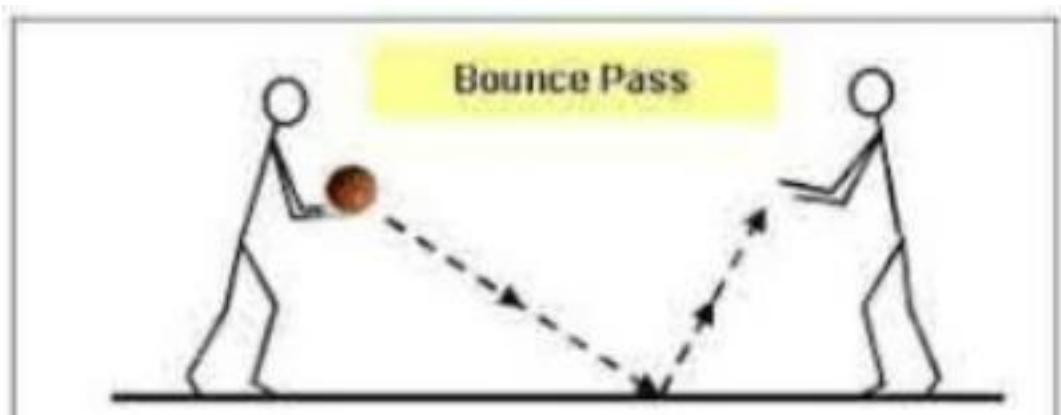
B. Chest Pass

Teknik passing yang dilakukan dengan posisi bola didepan dada, teknik ini biasanya menggunakan lemparan dua tangan dengan tujuan operan lurus terhadap teman yang satu tim. dan melakukan operan lurus kepada teman satu tim.

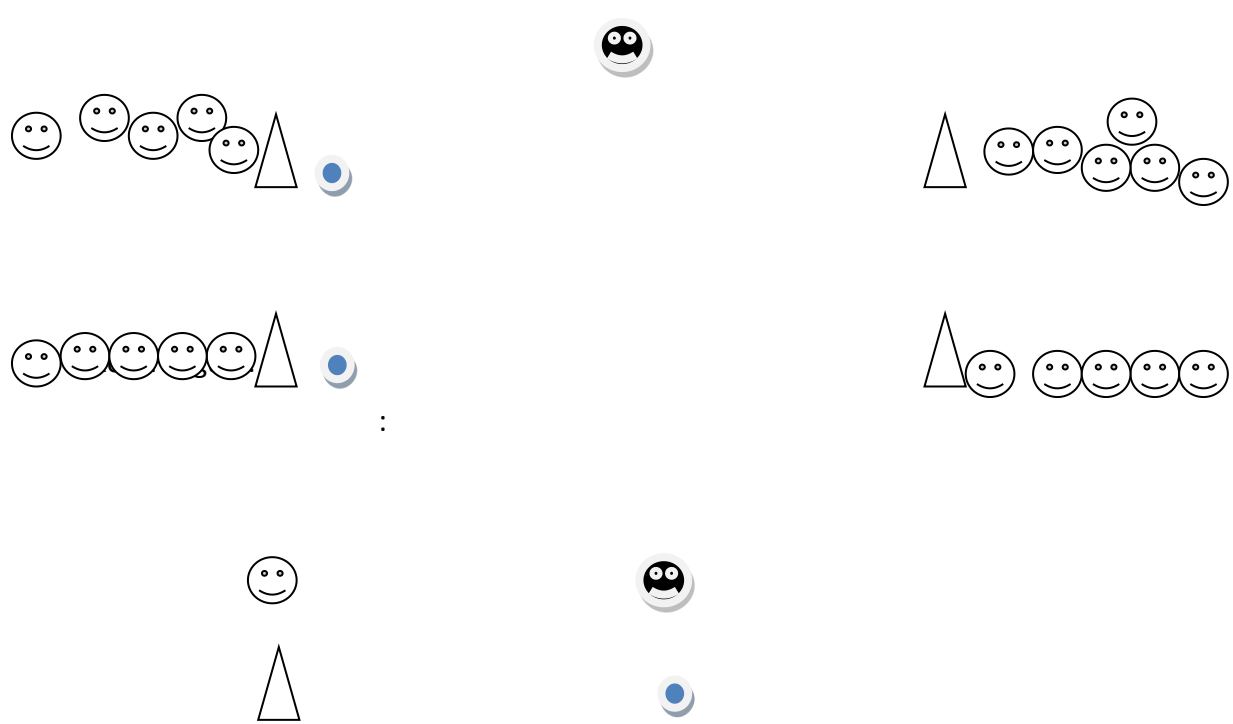


C. Bounce Pass

Teknik passing yang dilakukan dengan memantulkan bola kebawah kemudian diterima oleh teman satu tim, teknik ini sebenarnya untuk menghindari hadangan lawan..



Pada latihan teknik passing dalam permainan bola basket peserta didik dibagi menjadi 6 kelompok yang saling berpasangan lalu latihan pertama melakukan overhead pass, latihan kedua melakukan chest pass, latihan ketiga melakukan bounce pass.



: guru

: bola

D. Dribbling

1. Dribble Tinggi

Dilakukan untuk menggiring bola secara cepat memasuki pertahanan lawan dengan cara jalan cepat / lari, teknik ini digunakan ketika pemain lawan cukup jauh dari pemegang bola.

2. Dribble Rendah

Teknik ini dilakukan untuk mempertahankan bola dari rebutan lawan main.

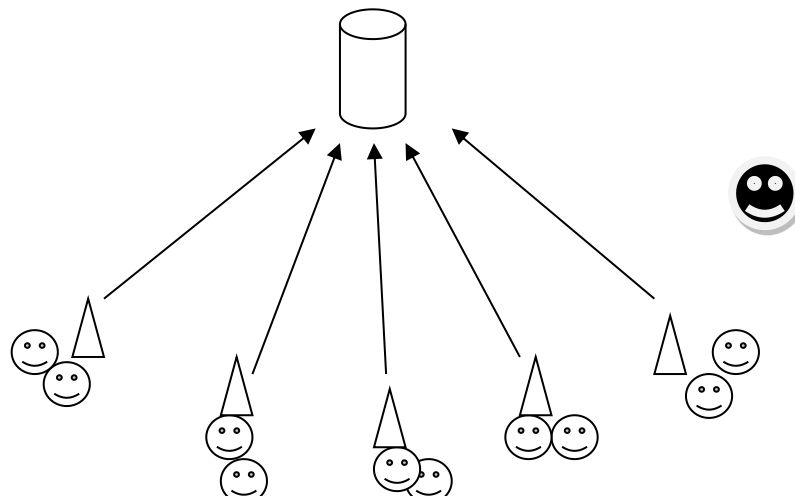
Teknik ini digunakan ketika sedang berhadapan langsung dengan lawan dan ingin membuat sebuah terobosan yang memanfaatkan celah yang dibuat oleh lawan

Latihannya sama seperti saat membentuk 6 kelompok saling berpasangan, pertama melakukan dribbling tinggi, setelah itu dribbling rendah dengan dibayangi oleh peserta didik lain.

E. Shooting

Shooting merupakan teknik dasar permainan bola basket yang wajib kamu kuasai untuk mendapatkan poin demi poin

Pada latihan shooting dibuat menjadi 4 kelompok yang menghadap ke ring dengan sudut yang berbeda. Pada latihan shooting ini peserta didik berada di dalam lingkaran, shooting dilakukan secara bergantian mulai dari kelompok pertama, kelompok kedua dan seterusnya. Peserta didik yang sudah melakukan shooting segera berpindah tempat ke sudut yang berbeda.



Keterangan :



: guru



: peserta didik



: cone



: ring

F. Pivot

Teknik pivot digunakan untuk melakukan gerak tipu yaitu dengan cara mengerakkan badan dengan tumpuan salah satu kaki dengan kedua tangan yang menjaga bola dari lawan. Aturan melakukan pivot yaitu tidak boleh menggeser kaki yang menjadi tumpuan saat memutar badan. Usahakan memilih kaki yang terkuat untuk menjadi tumpuan saat memutar badan untuk melakukan gerakan tipuan, kamu boleh menggerakkan kaki yang lain asalkan kaki tumpuan tidak bergeser

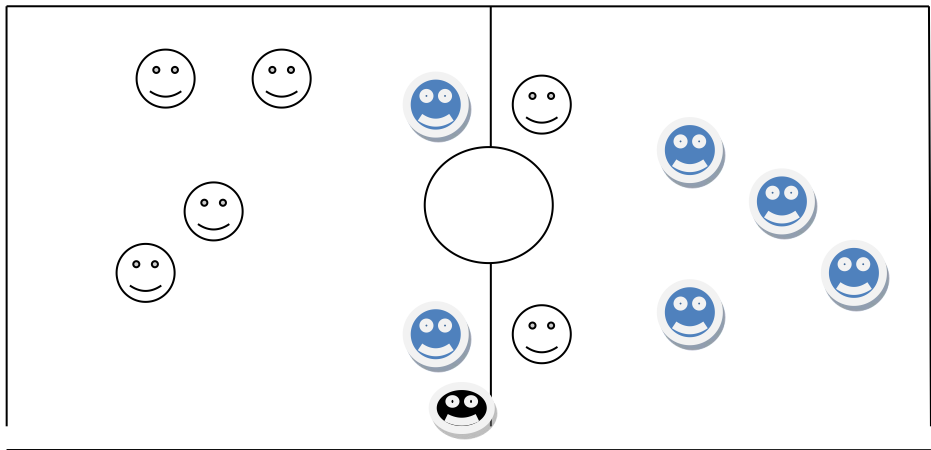
Pada latihan pivot, peserta didik dibagi menjadi 6 kelompok yang saling berpasangan lalu melakukan pivot dengan dibayangi rekannya.

G. Lay up

Memasukan bola ke dalam keranjang dengan melakukan gerakan lari dan ketika sudah mendekati ring posisi badan melompat

Konfirmasi

Setelah latihan selesai, guru membagi peserta didik menjadi 4 kelompok lalu dilakukan permainan bola basket dengan aturan yang dimodifikasi. 2 kelompok tanding 2 kelompok mengamati, dilakukan bergantian. (satu pertandingan 5 menit)



C. Penutup (15 menit)

1. Evaluasi

Setelah guru melakukan pembelajaran, menyampaikan materi dan mengkonfirmasi kepada peserta didik, guru mengevaluasi kegiatan berupa pertanyaan kepada siswa mengenai pemahaman siswa terhadap materi. Apakah peserta didik sudah paham atau apa yang masih bingung perlu ditanyakan kembali kepada guru. Guru melakukan pengulangan lagi berupa kesimpulan materi dan memberikan tugas kepada peserta didik.

2. Pendinginan dan Doa

- Pendinginan secara berpasangan dilakukan oleh semua peserta didik
- Doa penutup perlu dilakukan agar ilmu yang disampaikan guru dan ilmu yang didapat peserta didik dapat bermanfaat.

Penilaian Hasil Belajar

1. Teknik dan Bentuk Penilaian

Tes Sikap (Afektif)

Tes sikap (Afektif) dapat dilakukan selama siswa melakukan pembelajaran Pendidikan Jasmani di sekolah. Unsur-unsur yang dinilai :kerjasama, kejujuran, menghargai, semangat, percaya diri, dan sportivitas.

No	Nama Siswa	Aspek Sikap Yang Dinilai															Σ	NA			
		Kerjasama			Kejujuran			Menghargai			Semangat			Percaya diri					Sportivitas		
		1	2	3	1	2	3	1	2	3	1	2	3	1	2	3	1	2	3		
1.																					
2.																					
3.																					
4.																					
5.																					
Dst																					
JUMLAH SKOR MAKSIMAL (NILAI SIKAP) : 18																					

Jumlah skor yang diperoleh

Penilaian Afektif = ----- X 100%

Jumlah skor maksimal

Tes Pengetahuan (Kognitif)

No.	Nama Siswa	Butir-butir Pertanyaan															Σ	NA
		Soal No.1			Soal No.2			Soal No.3			Soal No.4			Soal No.5				
		1	2	3	1	2	3	1	2	3	1	2	3	1	2	3		
1.																		
2.																		
3.																		
4.																		
5.																		
dst																		
JUMLAH SKOR MAKSIMAL (NILAI KOGNITIF) : 15																		

Jumlah skor yang diperoleh

$$\text{Penilaian Kognitif} = \frac{\text{Jumlah Benar}}{\text{Jumlah Soal}} \times 100\%$$

Jumlah skor maksimal

Contoh Butir Pertanyaan

No	Butir Pertanyaan
1.	Jelaskan yang dimaksud dengan gerakan pivot!
2.	Sebutkan macam-macam passing dalam permainan bola basket!
3.	Jelaskan cara melakukan lay up!

a) Tes Keterampilan (Psikomotor)

No	Nama Siswa	Cara melakukan gerakan pivot						Cara melakukan shooting					Sikap saat melakukan over head pass					Jml	Nilai Proses	Nilai Akhir
		1	2	3	4	Σ	1	2	3	4	Σ	1	2	3	4	Σ				
1.																				
2.																				
3.																				

4.																				
5.																				
Ds b																				
JUMLAH SKOR MAKSIMAL (NILAI PROSES) : 12																				

Jumlah skor yang diperoleh

Penilaian Proses = ----- X 100%
 Jumlah skor maksimal

No.	Nama Siswa	Aspek Penilaian			Jumlah	Nilai Akhir	Kriteria
		Afektif	Kognitif	Psikomotor			
1.							
2.							
3.							
4.							
5.							
Nilai Rata-rata							

Jumlah skor yang diperoleh

Nilai Akhir (NA) = ----- X 100%
 Tiga Aspek Penilaian

Keterangan :

- Mendapat nilai Sangat Baik, jika skor antara = 91 – 100%
- Mendapat nilai Baik, jika skor antara = 80 – 90%
- Mendapat nilai Cukup, jika skor antara = 70 – 79%
- Mendapat nilai Kurang, jika skor antara = 60 – 69%
- Mendapat nilai Kurang Sekali, jika skor antara = Kurang dari 60%

Bantul, 8 Agustus 2016
 Mengetahui,
 Mahasiswa

Guru mata pelajaran

Kuntoro Danar D, S.Pd

Edwin Aridharmawan
 NIM 13601241101

RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN

(RPP)

Sekolah : SMA
Mata Pelajaran : Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan
Kelas/ Semester : XI / I
Materi pokok: Teknik Dasar Permainan Bola Voli
Alokasi Waktu : 2 pertemuan (4 X 45 menit)

A. Standar Kompetensi

1. Mempraktikkan berbagai keterampilan permainan olahraga dalam bentuk sederhana dan nilai-nilai yang terkandung di dalamnya

B. Kompetensi Dasar

- 1.1 Mempraktikkan keterampilan bermain salah satu permainan dan olahraga beregu bola besar serta nilai kerjasama, kejujuran, menghargai, semangat, dan percaya diri**)

C. Indikator

1. Melakukan doa sebelum memulai pembelajaran
2. Menunjukkan perilaku jujur saat bermain
3. Menunjukkan sikap bekerjasama saat bermain
4. Menunjukan sikap berusaha secara maksimal dalam melakukan pembelajaran dengan tetap meningkatkan kemampuan dan menunjukan sikap tawakal terhadap hasil akhir.
5. Menjelaskan cara melakukan teknik dasar bermain bola voli
6. Melakukan cara melakukan teknik dasar bermain bola voli

D. Tujuan

1. Melafalkan doa menurut agama dan kepercayaan masing-masing
2. Peserta didik mampu menunjukkan perilaku jujur selama mengikuti pembelajaran
3. Peserta didik mampu menunjukkan sikap bekerja sama saat mengikuti pembelajaran

4. Peserta didik mampu menunjukkan sikap berusaha secara maksimal dalam melakukan pembelajaran dengan tetap meningkatkan kemampuan dan menunjukkan sikap tawakal terhadap hasil akhir
5. Peserta didik mampu menjelaskan teknik dasar bermain bola voli
6. Peserta didik mampu melakukan teknik dasar bermain bola voli

E. Materi Pembelajaran

Teknik Dasar Permainan Bola Voli

Permainan bola voli merupakan permainan beregu menggunakan bola besar yang dimainkan oleh dua regu saling berhadapan, masing-masing regu enam orang. Setiap regu diperbolehkan memainkan bola di daerah pertahanannya sebanyak-banyaknya tiga kali pukulan. Teknik dasar permainan bola voli yang akan dipelajari terdiri dari : passing atas, passing bawah, servis atas, servis bawah, smash, dan block.

Permainan bola voli diciptakan oleh William C. Morgan LA, seorang guru pendidikan jasmani Young Man Christian's Association (TMCA) yang bertempat di Massachusset Amerika pada tahun 1895.



F. Metode Pembelajaran

1. Demonstrasi

G. Media Pembelajaran

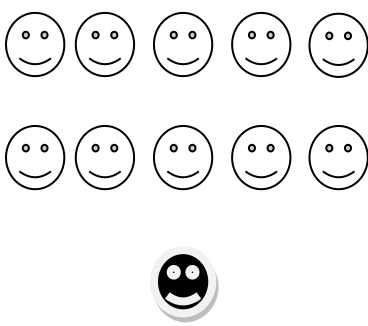
- | | |
|------------------|---------------------|
| 1. Lapangan voli | 3. Bola voli 5 buah |
| 2. Cone 10 buah | 4. Peluit 1 buah |
| | 5. Nett 1 buah |

G. Langkah-Langkah Pembelajaran

- Menyiapkan siswa dikelas
- Salam dan berdoa
- Presensi
- Apersepsi
- Tujuan pembelajaran
- Pemanasan

1. Pendahuluan (15 menit)

Guru membariskan peserta didik menjadi beberapa syaff lalu mengucapkan salam kepada peserta didik



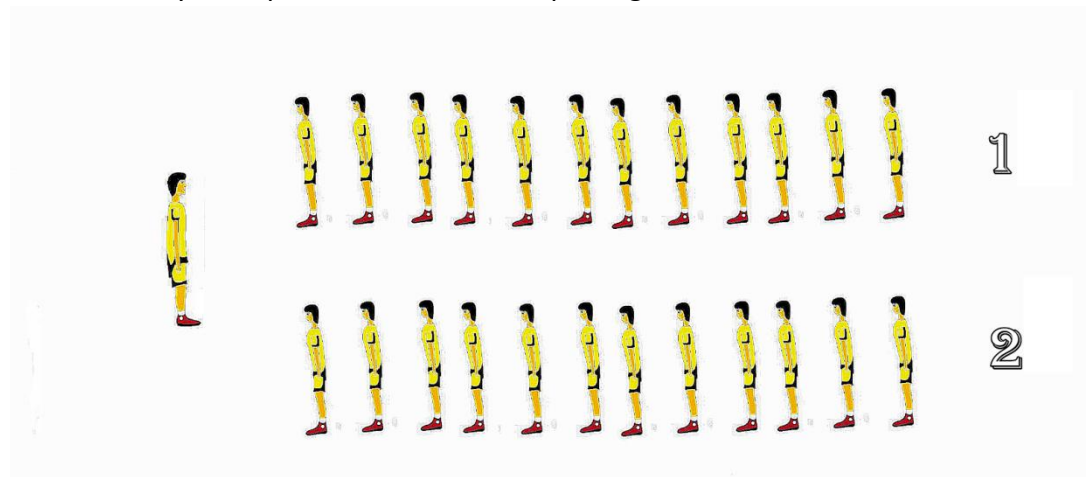
- g. Guru memimpin doa
- h. Guru memastikan bahwa semua perserta didik dalam keadaan sehat, dan absensi
- i. Guru menanyakan kepada peseta didik mengenai teknik dasar pada permainan bola voli dengan memancing peserta didik menceritakan pengalamannya bermain bola voli
- j. Guru menyampaikan cakupan materi yang akan dipelajari yaitu: teknik dasar dalam permainan bola voli

- k. Guru menjelaskan kompetensi yang harus dikuasai peserta didik setelah proses pembelajaran (seperti yang tercantum dalam indikator ketercapaian kompetensi) disertai dengan penjelasan manfaat dari kegiatan bermain bola voli: misalnya bahwa bermain bola voli dapat meningkatkan kebugaran jasmani.
- l. Guru menjelaskan tehnik dasar bermain bola voli, baik kompetensi sikap spiritual dengan penilaian diri dan penilaian antar teman: yaitu perilaku keseriusan dalam berdoa, kompetensi sikap sosial: perilaku sportif, disiplin, dan kerjasama, kompetensi pengetahuan: pemahaman mengenai konsep bermain bola voli, prosedur melakukan permainan bola voli, dan kompetensi terkait keterampilan; bermain bola voli dengan peraturan yang disederhanakan dan pertandingan

Pemanasan

3. Pemanasan statis dan dinamis dilakukan secara bersama - sama
4. Pemanasan dalam bentuk permainan berupa ular-ular an :
 - Peserta didik dibagi menjadi 2 kelompok membentuk banjar
 - Satu kelompok pegang satu bola, bola dimulai dari anggota paling depan
 - Lalu bola dirantingkan kebelakang dengan cara melentingkan badan ke belakang
 - Orang kedua siap menerima bola lalu melentingkan bola ke belakang, orang ketiga siap menerima dan seterusnya sampai paling belakang.
 - Orang paling belakang lalu balik badan dan merantingkan bola melalui sela sela kaki dan orang kedua menerima bola
 - Dan seterusnya sampai bola kembali kedepan lagi

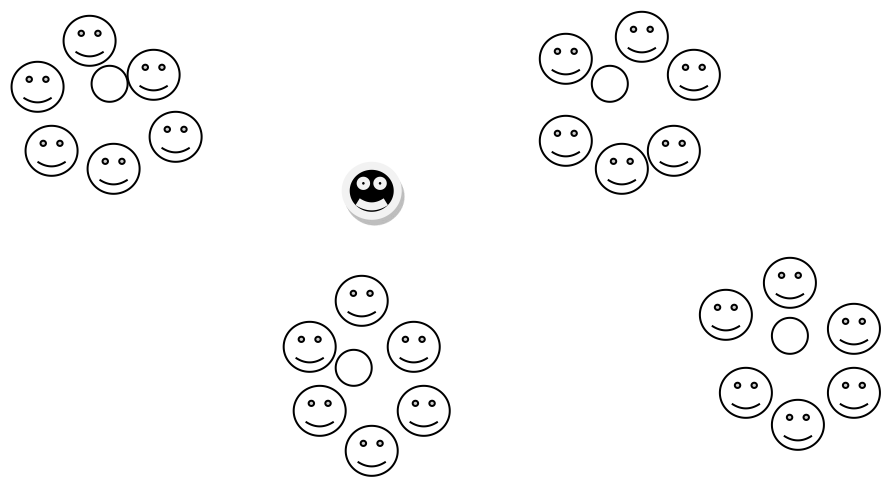
Gambar



2. Inti (60 menit)

Eksplorasi

Pada saat kegiatan pembelajaran berlangsung peserta didik dibagi menjadi beberapa kelompok, guru memberikan sedikit materi yang akan disampaikan diantaranya dasar gerak bermain bola voli yang meliputi passing atas, passing bawah, service atas, dan service bawah. Selanjutnya peserta didik eksplorasi sesuai apa yang mereka tahu mengenai teknik dasar bermain bola voli.



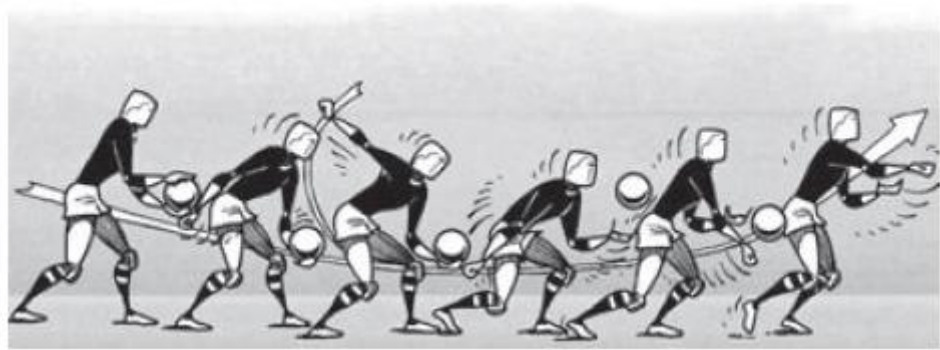
Elaborasi

Guru memberikan penjelasan kepada peserta didik mengenai materi teknik dasar bermain bola voli yang meliputi :

Servis

Servis adalah pukulan permulaan suatu permainan. Namun dari segi taktik, servis merupakan suatu serangan awal. Hal tersebut didukung oleh teknik servis yang dapat langsung mematikan lawan.

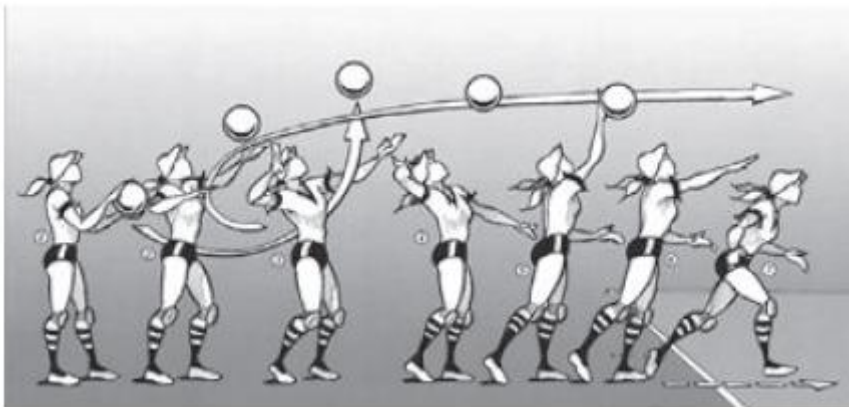
1. Service bawah



Servis dengan ayunan tangan dari bawah disebut juga underhand service. Cara melakukannya sebagai berikut.

- a. Berdiri menghadap ke lapangan, salah satu kaki di depan, dan salah satu tangan memegang bola di depan badan dengan sikut ditekuk.
- b. Lambungkan bola yang dipegang setinggi pundak, bersamaan dengan ayunan lurus tangan yang lain ke belakang.
- c. Perhitungkan waktu perkenaan bola dan tangan.
- d. Ayunkan tangan lurus ke depan dan pergelangan tangan ditegangkan.
- e. Perkenaan tangan pada bagian belakang bawah bola.
- f. Setelah memukul, pindahkan berat badan ke depan. Caranya dengan melangkahkan kaki belakang dan segera masuk ke lapangan.

2. Service atas

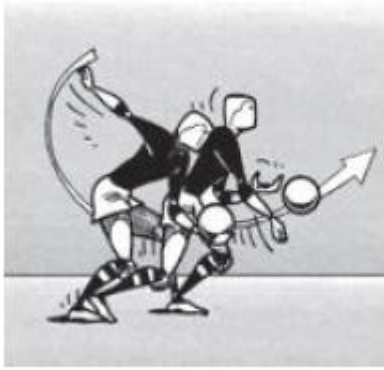


Servis dengan ayunan tangan dari atas disebut juga floating overhand serve. Cara melakukannya sebagai berikut.

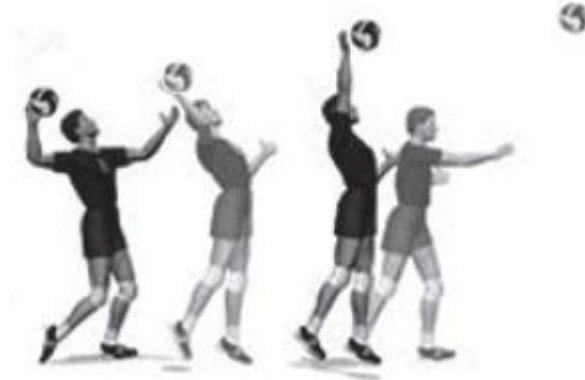
- a. Berdiri menghadap arah pukulan, salah satu kaki di depan, bola dipegang sesuai kaki depan, tangan yang lain lurus ke atas.
- b. Lambungkan bola ke atas-depan kepala, tangan yang memukul bola dilecutkan dari bagian atas kepala. Bola dipukul pada bagian tengah-belakang bola.
- c. Pindahkan berat badan ke depan mengikuti arah bola dan segera masuk ke lapangan.

3. Latihan service

Service dilakukan dengan tangan. Oleh karena itu, kekuatan tangan sangat diperlukan. Berikut cara melakukan latihan kekuatan lengan dan teknik melakukan service.



Latihan servis dari bawah



Latihan servis dari atas

Mengayun bola dari bawah

Cara melakukannya adalah sebagai berikut.

1. Berdiri di belakang garis serang, menghadap ke net.
2. Ayunkan bola dari samping badan, kemudian lemparkan.
3. Lakukan secara berulang.

Melempar bola melalui atas kepala

Cara melakukannya adalah sebagai berikut.

1. Berdiri di belakang garis serang, tubuh menghadap ke net.
2. Lemparkan bola melalui atas kepala dengan tangan lurus.
3. Lemparan harus melintasi net.
4. Lakukan secara berulang.

Menservice bola

Latihan ini dapat dilakukan untuk latihan service dari bawah dan atas. Berikut akan diuraikan latihan servis dari bawah.

Cara melakukannya adalah sebagai berikut.

1. Lakukan teknik servis dari bawah di belakang garis serang hingga melintasi net.
2. Lakukan secara berulang.
3. Setelah lancar lakukan servis dari bawah dengan tambahan jarak.
4. Penambahan jarak dilakukan secara bertahap hingga kamu dapat melakukannya dari belakang garis servis.

Passing

Passing adalah teknik mengoperkan bola kepada teman satu tim. Passing merupakan langkah awal penyusunan serangan kepada lawan. Teknik passing terdiri atas dua, yaitu passing atas dan passing bawah.

1) Passing atas



Passing atas

Passing atas dilakukan ketika mengoperkan bola tinggi. Selain itu, passing atas dapat digunakan untuk teknik mengumpan.

Berikut cara melakukan passing atas.

1. Berdiri menghadap arah datangnya bola, kedua kaki dibuka selebar bahu dengan salah satu kaki di depan, lutut agak ditekuk.
2. Kedua tangan diangkat di depan-atas dahi, jari-jari tangan menghadap ke atas membentuk cekungan.
3. Ketika bola tepat berada di depan-atas dahi, lakukan gerakan mendorong sampai siku lurus. Perkenaan bola pada ruas jari pertama dan kedua. Dorongan lengan harus dibantu dengan lecutan pergelangan tangan untuk menghasilkan gerakan memantul.
4. Setelah bola didorong dengan bantuan lecutan pergelangan tangan hingga siku agak lurus, pindahkan berat badan dengan melangkah kaki ke depan, dan kembali dalam posisi siap.

2) Passing bawah

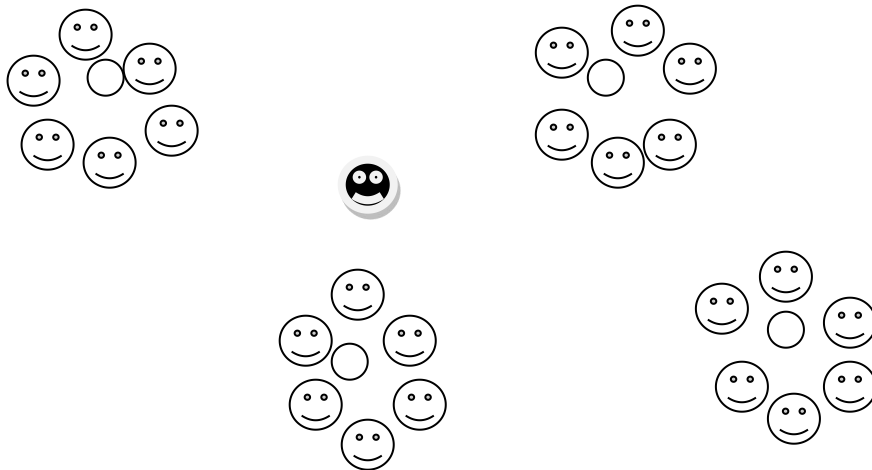


Passing bawah

Passing bawah biasanya dilakukan untuk mengoper bola-bola pendek. Berikut cara melakukan teknik passing bawah.

1. Berdiri menghadap arah datangnya bola, salah satu kaki di depan, kedua lutut ditekuk, dan badan agak dicondongkan ke depan.
2. Kedua tangan saling berpegangan, salah satu punggung telapak tangan berada pada telapak tangan yang lain
3. Ketika bola datang, ayunkan kedua lengan dari bawah, sumbu gerakan dari persendian bahu, dan sikut lurus.
4. Perkenaan bola pada bagian atas pergelangan tangan.
5. Setelah melakukan gerak operan, langkahkan kaki belakang ke depan untuk mengambil posisi siap.

Setelah guru menjelaskan, lalu siswa melakukan latihan seperti apa yang sudah dijelaskan guru/ salah satu siswa yang sudah menguasai teknik dasar permainan bola voli dengan dibagi menjadi beberapa kelompok



Konfirmasi

Setelah latihan selesai, guru membagi peserta didik menjadi 4 kelompok lalu dilakukan permainan bola voli dengan aturan yang dimodifikasi. 2 kelompok tanding 2 kelompok mengamati (bisa menjadi wasit), dilakukan bergantian. (satu pertandingan game 15)

C. Penutup (15 menit)

3. Evaluasi

Setelah guru melakukan pembelajaran, menyampaikan materi dan mengkonfirmasi kepada peserta didik, guru mengevaluasi kegiatan berupa pertanyaan kepada siswa mengenai pemahaman siswa terhadap materi. Apakah peserta didik sudah paham atau apa yang masih bingung perlu ditanyakan kembali kepada guru. Guru melakukan pengulangan lagi berupa kesimpulan materi dan memberikan tugas kepada peserta didik.

4. Pendinginan dan Doa

- Pendinginan secara berpasangan dilakukan oleh semua peserta didik
- Doa penutup perlu dilakukan agar ilmu yang disampaikan guru dan ilmu yang didapat peserta didik dapat bermanfaat.
- Memberikan tugas/ menginformasikan materi minggu depan.

Penilaian Hasil Belajar

1. Teknik dan Bentuk Penilaian

Tes Sikap (Afektif)

Tes sikap (Afektif) dapat dilakukan selama siswa melakukan pembelajaran Pendidikan Jasmani di sekolah. Unsur-unsur yang dinilai :kerjasama, kejujuran, menghargai, semangat, percaya diri, dan sportivitas.

No	Nama Siswa	Aspek Sikap Yang Dinilai																		Σ	NA
		Kerjasama			Kejujuran			Menghargai			Semangat			Percaya diri			Sportivitas				
		1	2	3	1	2	3	1	2	3	1	2	3	1	2	3	1	2	3		
1.																					
2.																					
3.																					
4.																					
5.																					
Dst																					
JUMLAH SKOR MAKSIMAL (NILAI SIKAP) : 18																					

Jumlah skor yang diperoleh

Penilaian Afektif = ----- X 100%

Jumlah skor maksimal

Tes Pengetahuan (Kognitif)

No.	Nama Siswa	Butir-butir Pertanyaan															Σ	NA
		Soal No.1			Soal No.2			Soal No.3			Soal No.4			Soal No.5				
		1	2	3	1	2	3	1	2	3	1	2	3	1	2	3		
1.																		
2.																		
3.																		
4.																		
5.																		
dst																		
JUMLAH SKOR MAKSIMAL (NILAI KOGNITIF) : 15																		

Jumlah skor yang diperoleh

$$\text{Penilaian Kognitif} = \frac{\text{Jumlah Benar}}{\text{Jumlah Soal}} \times 100\%$$

Jumlah skor maksimal

Contoh Butir Pertanyaan

No	Butir Pertanyaan
1.	Jelaskan langkah-langkah melakukan passing bawah !
2.	Jelaskan langkah-langkah melakukan passing atas !
3.	Jelaskan langkah – langkah melakukan service atas !

Tes Keterampilan (Psikomotor)

No	Nama Siswa	Cara melakukan passing atas						Cara melakukan passing bawah						Cara melakukan service bawah						Jml	Nilai Proses	Nilai Akhir
		1	2	3	4	Σ	1	2	3	4	Σ	1	2	3	4	Σ						
1.																						
2.																						
3.																						
4.																						

5.																				
Ds																				
b																				
JUMLAH SKOR MAKSIMAL (NILAI PROSES) : 12																				

Jumlah skor yang diperoleh

Penilaian Proses = ----- X 100%

Jumlah skor maksimal

No.	Nama Siswa	Aspek Penilaian			Jumlah	Nilai Akhir	Kriteria
		Afektif	Kognitif	Psikomotor			
1.							
2.							
3.							
4.							
5.							
Nilai Rata-rata							

Jumlah skor yang diperoleh

Nilai Akhir (NA) = ----- X 100%

Tiga Aspek Penilaian

Keterangan :

- Mendapat nilai Sangat Baik, jika skor antara = 91 – 100%
- Mendapat nilai Baik, jika skor antara = 80 – 90%
- Mendapat nilai Cukup, jika skor antara = 70 – 79%
- Mendapat nilai Kurang, jika skor antara = 60 – 69%
- Mendapat nilai Kurang Sekali, jika skor antara = Kurang dari 60%

Bantul, Agustus 2016

Mengetahui,

Mahasiswa

Guru mata pelajaran

Kuntoro Danar D, S.Pd

Edwin Aridharmawan

Sekolah	: SMA N 3 BANTUL
Mata Pelajaran	: Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan
Kelas/ Semester	: XI / I
Materi pokok	: Kebugaran Jasmani
Alokasi Waktu	: 2 pertemuan (4 X 45 menit)

A. Standar Kompetensi

1. Mempraktikkan latihan kebugaran jasmani dan cara mengukurnya sesuai dengan kebutuhan dan nilai-nilai yang terkandung di dalamnya

B. Kompetensi Dasar

- 1.1. Mempraktikkan latihan kekuatan, kecepatan, daya tahan dan kelenturan untuk kebugaran jasmani dalam bentuk sederhana serta nilai tanggungjawab, disiplin, dan percaya diri

C. Indikator

1. Melakukan doa sebelum memulai pelajaran
2. Menunjukkan sikap disiplin selama mengikuti pembelajaran
3. Melakukan latihan kebugaran jasmani
4. Menjelaskan latihan kebugaran jasmani

D. Tujuan

1. Melafalkan doa menurut agama dan kepercayaan masing-masing
2. Menunjukkan sikap disiplin selama mengikuti pembelajaran
3. Siswa mampu melakukan latihan kebugaran jasmani dengan benar
4. Siswa mampu menjelaskan latihan kebugaran jasmani dengan benar

E. Materi Pembelajaran

Kebugaran jasmani

Kebugaran jasmani merupakan komponen seseorang untuk melakukan aktivitas sehari-hari dengan efisien tanpa mengalami kelelahan yang berarti dan masih mempunyai sisa tenaga untuk melakukan aktivitas selanjutnya. Dalam kebugaran jasmani terdapat beberapa macam komponen diantaranya : daya tahan, kekuatan, daya otot / endurance, kelenturan, kecepatan, koordinasi, kelincahan, ketepatan, keseimbangan, dan reaksi.



F. Metode Pembelajaran

1. demonstrasi

G. Media Pembelajaran

- | | |
|-------------------|--------------|
| 1. lapangan sepak | 5. Media |
| 2. cone | 6. peluit |
| 3. Bola | 7. stopwatch |
| 4. keranjang | |

H. Langkah-Langkah Pembelajaran

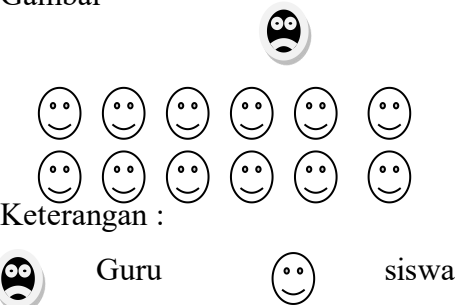
a. Pendahuluan

- Membariskan siswa
- Salam dan berdoa
- Presensi
- Apersepsi
- Tujuan pembelajaran
- Pemanasan

Pembarisan siswa

Pembarisan siswa dilakukan dengan membuat beberapa shaf siswa , lalu dilakukan salam dan berdoa agar diberi kelancaran aktivitas olahraga dan mendapatkan ilmu yang bermanfaat

Gambar



Apersepsi

Apersepsi dilakukan dengan menanyakan hal hal yang berkaitan dengan materi kebugaran jasmani , contoh saja menanyakan tentang apakah dulu pernah melakukan tes kebugaran jasmani dan lain lain.

Tujuan pembelajaran

Menyampaikan tujuan pembelajaran materi kebugaran jasmani , dengan diharapkan siswa mampu menguasai materi dengan baik dan benar

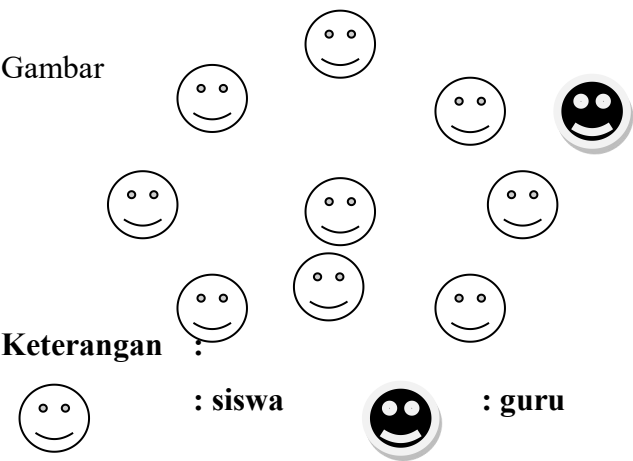
Permanasan

Pemanasan dilakukan streacing bersama sama didahului jogging terlebih dahulu.

Tujuan pemanasan :

- 1. Menyiapkan otot-otot dan meningkatkan suhu tubuh untuk masuk ke inti.

Pemanasan dilakukan dengan streacing bersama sama secara melingkar



b. Inti

Eksplorasi

Guru menyuruh siswa melakukan kegiatan kebugaran jasmani sesuai kemampuan siswa

- Menyuruh siswa melakukan macam komponen yang berkaitan dengan kebugaran sesuai kemampuan siswa.

Elaborasi

Guru memberikan demonstrasi komponen kebugaran jasmani yang terdiri dari beberapa macam gerakan . guru melakukan contoh diikuti oleh beberapa siswa berupa contoh permainan dalam bentuk inti . Permainannya adalah mencari tali . Setelah itu guru memberikan contoh lain berupa sirkuit training yang terdiri dari beberapa macam komponen kebugaran jasmani.

Setelah siswa melihat apa yang guru contohkan , lalu siswa melakukan latihan.

Pertama siswa diberi tali rafia dengan panjang 40cm lalu setiap anak menaruh tali tersebut dibelakang / sekitar tulang ekor (tidak boleh ditali) .

Aturan main :

1. Setiap siswa berusaha merebut tali rafia yang ada di masing masing siswa.
2. Siswa yang membawa rafia boleh berlari / melindungi dari rebutan siswa lain.
3. Siswa yang tali rafianya copot / terebut siswa lain berarti tidak bisa melanjutkan lagi.
4. Siswa yang paling banyak mendapatkan rafia adalah pemenangnya.

Dalam latihan terdapat komponen kebugaran jasmani yaitu : kecepatan , kelincahan, reaksi

Setelah itu dilanjutkan sirkuit training berpasangan yang terdiri dari :

1. Grobak dorong bolak balik (kekuatan)
2. Sit up 15x bergantian (kekuatan)
3. Gendongan bolak balik (kekuatan)
4. Zig zag (kelincahan)
5. Loncat katak 10 meter (kelincahan)
6. Loncat tanpa awalan 2x (daya ledak otot tungkai)
7. Koordinasi melempar bola dari kanan tangkap kiri 8x setiap pasangan (koordinasi)
8. Keseimbangan 8 kali memutar bola diantara salah satu kolong kaki , bergantian (keseimbangan)
9. Lempar bola dalam keranjang secara bergantian sampai masuk (ketepatan)

Didalam latihan, setiap siswa yang melakukan latihan diperkenankan untuk melihat media dimasing masing pos.

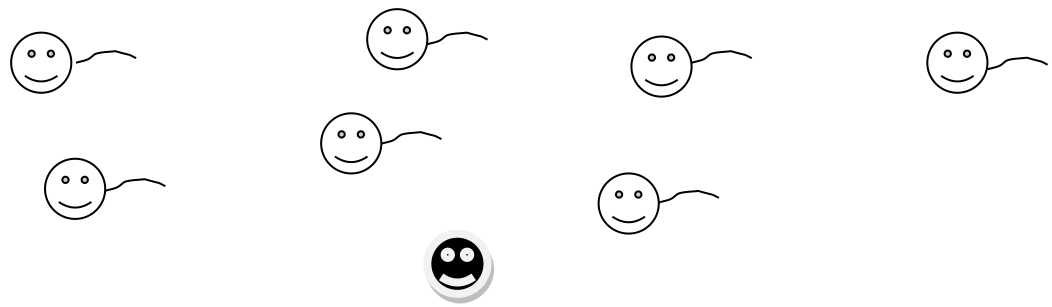
Konfirmasi

Setelah siswa melakukan latihan , guru memberikan beberapa macam komponen kebugaran jasmani dengan dilakukan perlombaan

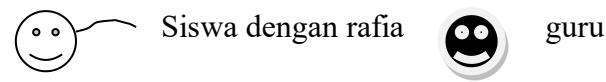
Game 1

Berupa mencari tali

Gambar :



Keterangan :



Aturan main seperti pada saat latihan dan siswa yang paling banyak mendapatkan rafia adalah pemenangnya.

Game 2

Game 2 berupa sirkuit training yang terdiri dari beberapa pos , dilakukan perlombaan secara berpasangan.

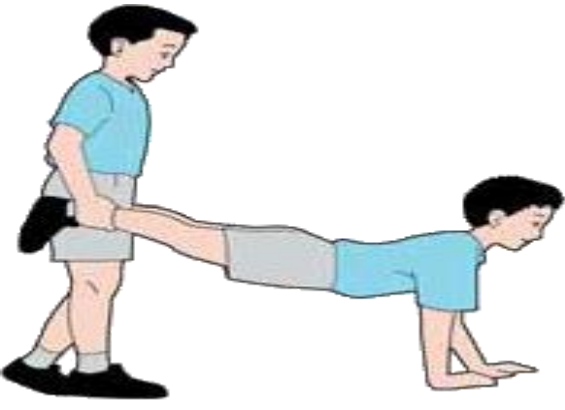
Gambar sirkuit training



Pos 1

- Melakukan latihan pemanasan .
setelah itu lari sprint menuju pos ke 2

Gambar



Pos 2

- Melakukan sit up , setiap anak melakukan 15 kali secara berpasangan salah satu siswa menghitung . dilakukan secara bergantian . setelah itu sprint ke pos 3

Gambar



Pos 3

- Melakukan ge
post 4

1 sprint ke

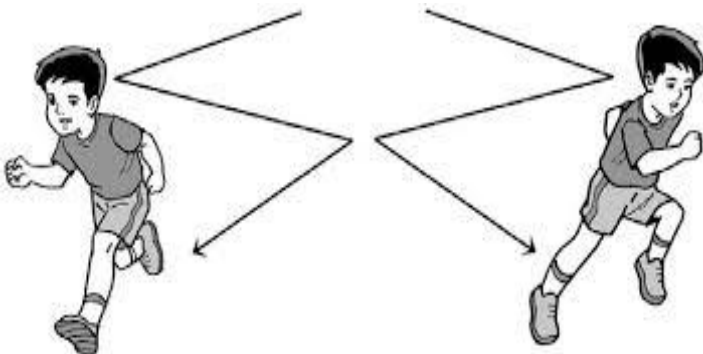
Gambar



Post 4

- Melakukan zig zag bersamaan sampai pos 5 , salah satu siswa berada didepan .

Gambar



pos 5

- Melakukan loncat katak dilakukan berpasangan dengan jarak 7 meter menuju pos 6

Gambar



Pos 6

- Melakukan loncat tanpa awalan sejauh jauhnya , dilakukan bersamaan

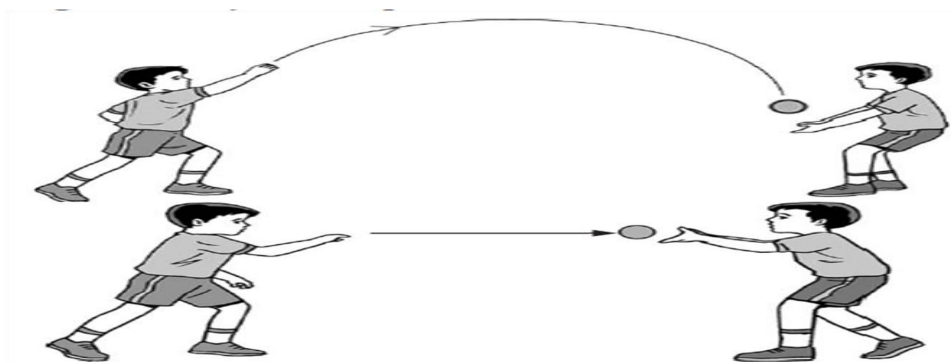
Gambar



Pos 7

- Melakukan lempar tangkap bola kasti sebanyak 8 kali setiap anak , dilakukan berpasangan . lempar tangan kanan tangkap tangan kiri , dan seterusnya.

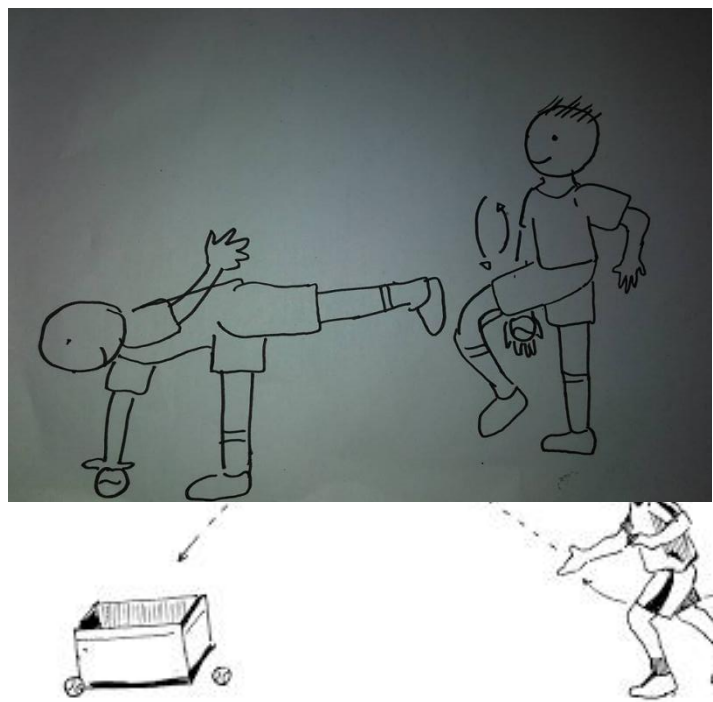
gambar



pos 8 dan 9

- Melakukan keseimbangan dengan bola , caranya salah satu kaki sebagai penyangga dan satu kaki sebagai kolongan bola yang diputar selama delapan kali . dilakukan secara bergantian setelah orang pertama berhasil memasukkan bola , dilanjutkan orang kedua.

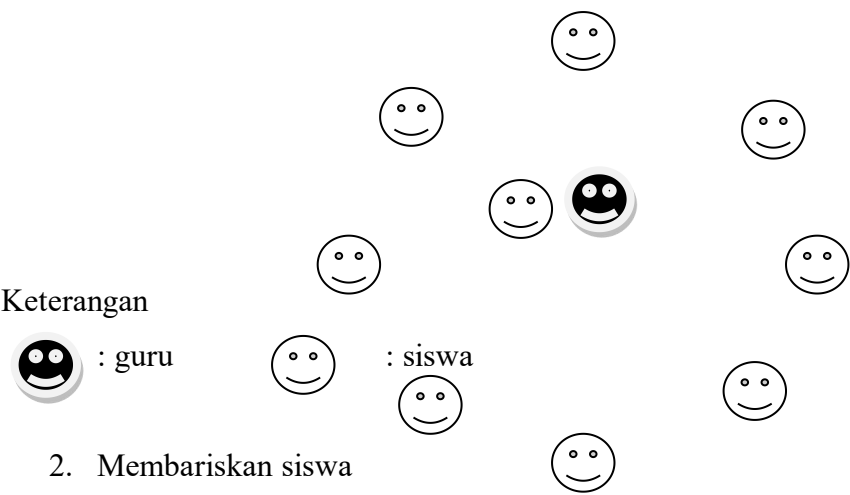
Gambar



c. **Penutup**

1. Pendinginan

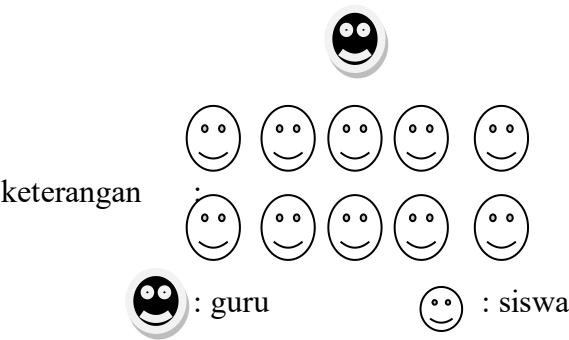
Pendinginan berupa penguluran yang dilakukan bersama sama secara melingkar , guru mencontohkan gerakan pendinginan , bisa juga dilakukan siswa yang mampu



2. Membariskan siswa

Pembarisan dilakukan dengan membariskan kembali siswa menjadi 2 shaf dan dihitung lagi berapa banyak siswa seperti saat pendahuluan

gambar



3. Evaluasi

Evaluasi dilakukan guru dengan cara siswa masih dibariskan / bisa juga dilakukan dengan duduk santai , lalu guru mengevaluasi pembelajaran yang diajarkan pada hari itu juga . Guru menjelaskan kembali latihan kebugaran jasmani dan memberikan koreksi kepada seluruh siswa yang mengikuti proses pembelajaran . Guru juga memberitahukan materi pembelajaran untuk minggu berikutnya / pembelajaran olahraga yang akan datang.

Penilaian Hasil Belajar

b. **Teknik dan Bentuk Penilaian**

RUBRIK PENILAIAN

UNJUK KERJA/KETERAMPILAN KEBUGARAN JASMANI

No	Aspek Yang Dinilai	SKOR			Jumlah
		1	2	3	
1.	Melakukan komponen kekuatan dengan baik dan benar				
2.	Melakukan komponen kecepatan dengan baik dan benar				
3.	Melakukan komponen ketepatan dengan baik dan benar				
4.	Melakukan komponen kelincahan dengan baik dan benar				
5.	Melakukan komponen keseimbangan dengan baik dan benar				
6.					
7.	Melakukan komponen daya ledak dengan baik dan benar				
8.	Melakukan komponen koordinasi dengan baik dan benar				
	Melakukan komponen reaksi dengan baik dan benar				
	JUMLAH				
	JUMLAH SKOR MAKSIMAL: 24				

$$\text{NILAI KETRAMPILAN/UNJUK KERJA} = \frac{\text{JUMLAH SKOR}}{\text{SKOR MAKSIMAL}} \times 100$$

RUBRIK PENILAIAN

PENGETAHUAN KEBUGARAN JASMANI

No	Aspek Yang Dinilai	SKOR			Jumlah
		1	2	3	
1.	Apa saja macam latihan dengan komponen kekuatan				
2.	Apa saja macam latihan dengan komponen kekuatan				
3.	Apa saja macam latihan dengan komponen ketepatan				
4.	Apa saja macam latihan dengan komponen kelincahan				
	Apa saja macam latihan dengan komponen				
5.	keseimbangan				
6.	Apa saja macam latihan dengan komponen daya ledak				
7.	Apa saja macam latihan dengan komponen koordinasi				
8.	Apa saja macam latihan dengan komponen reaksi				
	JUMLAH				
	JUMLAH SKOR MAKSIMAL: 24				

Petunjuk penskoran :
Skor 3, jika dapat menyebutkan 3 kriteria
Skor 2, jika dapat menyebutkan 2 kriteria
Skor 1, jika dapat menyebutkan 1 kriteria

$$\text{NILAI KOGNITIF/PNGETAHUAN} = \frac{\text{JUMLAH SKOR}}{\text{SKOR MAKSIMAL}} \times 100$$

RUBRIK PENILAIAN
PERILAKU/SIKAP DALAM KEBUGARAN JASMANI

NO	PERILAKU YANG DINILAI	CEK (v)		
		BAIK	SEDANG	KURANG
1	Kerja sama			
2	Tanggung jawab			
3	Disiplin			
	Jumlah nilai afektif/sikap			

BAIK = 80-100
SEDANG = 60-79
KURANG = 40-59

c. Rekapitulasi Penilaian

No .	Nama Peserta Didik	Aspek-Aspek Penilaian			Keterangan
		Sikap	Pengetahuan	Keterampilan	
1.					
2.					
3.					
4.					
dst					

Bantul, september 2016
Mengetahui,
Mahasiswa

Guru mata pelajaran

Kuntoro Danar D, S.Pd
Edwin Aridharmawan
NIM. 13601241101

PENILAIAN PESERTA DIDIK

PENILAIAN KELAS XI IPA 4

NO	NIS	NAMA PESERTA DIDIK	L/P	materi	Sepakbola			Basket			Voli			JUMLAH		
				aspek	a	k	p	a	k	p	a	k	p	S	I	A
1	3386	ANDINI PUTRI UTAMI	P		81	80	81	82	80	80	81	82	80			
2	3391	AQSA FADILLAH	P		82	80	81	82	81	80	81	82	81			
3	3398	ARIFAH DIAH ASTUTI	P		80	80	81	80	81	80	81	82	81			
4	3545	BARUNA HENDRI SURYANA	L		82	81	81	82	81	82	82	82	82			
5	3403	BELLA ANASYA	P		81	80	81	81	81	81	81	82	81			
6	3413	DEVI ARIYANI SAFITRI	P		80	80	81	80	81	81	81	82	81			
7	3437	FEBRIAN ALVRY PRASETYA	L		83	82	82	83	83	82	82	82	83			
8	3440	FETASYA AYU VALENTINA	P		81	80	81	81	81	81	81	82	80			
9	3444	FITRIA CAHYASARI	P		81	80	81	81	82	80	81	82	80			
10	3449	HANIFA DEWI FEBRIANA	P		81	80	81	81	81	80	81	82	81	1		
11	3558	HASNA AFIFAH	P		81	80	81	81	81	80	81	82	80	2		
12	3452	HERLINI NUR AZIZAH	P		81	80	81	81	81	80	81	82	81			
13	3460	KURNIA AGUSTIN	P		81	80	80	81	81	80	81	82	82			
14	3463	LATHIIFATUL UMMAH	P		80	80	80	80	81	80	80	82	82			
15	3465	LISA ELIANA DIAN FEBRIANDANI	P		81	80	81	81	81	80	81	82	81			
16	3471	MUFFIDA HANUM NUR'AINI	P		80	81	80	80	82	80	80	82	81			
17	3473	MUHAMMAD FAIZ	L		81	81	81	82	81	81	81	82	82			
18	3475	MUHAMMAD IQBAL HANAFI	L		81	80	81	82	82	81	81	82	82			
19	3483	NOVRI NURUL OKTAVIA	P		81	80	81	81	81	80	82	82	81			
20	3487	NUR INDAH SETYO NINGSIH	P		81	80	80	81	81	80	81	82	81			
21	3488	NUR LATIFAH RAMADHANI	P		80	80	81	81	81	80	81	82	81	1		
22	3490	NURUL MAWARNI	P		81	80	81	81	81	80	81	82	80			
23	3496	PRUNELLA AGUSTYANINGRUM	P		81	80	80	81	81	80	81	82	80			
24	3504	RIFQI FATCHURROHMAN	L		81	81	82	81	81	81	80	82	82			
25	3511	RIZKI DAMAJATU TRINAINI	P		82	80	81	81	82	82	82	82	82			
26	3520	SELLA NUR YULIANA	P		81	80	80	81	81	80	81	82	81			
27	3525	SIWI JATI UTAMI	P		81	80	80	81	81	80	81	82	80			
28	3556	SUQYA KARTIKA CANDRA	P		80	80	80	80	81	80	81	82	82			
29	3527	SURYAAJI PRASETYA	L		81	80	80	82	80	81	82	82	81			
30	3538	VIKY APRILIANA DEWI	P		80	80	80	80	81	80	81	82	80			
31	3542	YULINDRA TITA WURYANTAMA	L		80	80	80	82	81	81	82	82	82			
Laki-laki			7													
Perempuan			24													
Jumlah			31													

Bantul,
Guru Mata Pelajaran

PENILAIAN PESERTA DIDIK

PENILAIAN KELAS XI IPS 2

NO	NIS	NAMA PESERTA DIDIK	L/P	Mapel	Sepakbola			Bola Basket			Bola Voli			JUMLAH	
				Aspek	a	k	p	a	k	p	a	k	p	S	A
1	3368	ABDY RESTU YUDHA PINANGGIH	L		81	81	83	80	80	81	82	82	82		1
2	3370	ADITYA HIBAH OKTASADA	L		80	81	83	81	81	82	82	82	82		
3	3372	AFIF AULIANUR	L		81	82	83	81	81	80	81	82	81	1	1
4	3377	ALIDA PUTRI NUR AINI	P		80	80	81	81	80	81	81	82	81		
5	3382	ALVINA EMANUELLA SUMARTHA	P		80	80	81	80	81	80	81	82	80	3	
6	3543	ANNISA RIZQI ALFAHMI	P		80	80	81	80	80	82	80	82	80		
7	3396	ARI HENDRAWAN	L		80	82	83	80	81	82	80	82	82		
8	3419	DITA AMALIA UTAMI	P		80	80	81	80	81	81	81	82	80		
9	3421	DWI APRILIYANI	P		80	80	81	81	81	80	80	82	80		1
10	3428	EMILIANUS RISNANTYO	L		80	81	82	80	81	82	80	82	81		
11	3430	ENI SAFITRI	P		80	80	81	81	80	81	81	82	81		
12	3431	ERNANDA PRADITA	P		80	80	81	81	80	80	81	82	82		
13	3450	HARIS RACHMAN KURNIAWAN	L		80	81	82	81	82	82	81	82	81		
14	3455	IBNU ADNAN CAHYA	L		80	81	83	80	81	82	80	82	82	1	
15	3549	MARIA HERTANTI TRI MELANIA	P		80	80	81	81	80	81	80	82	80	1	
16	3550	MELDA EKA KUSNIATI	P		80	80	81	80	80	81	80	82	80	3	
17	3470	MILLENIADYAH RAKASIWI	P		80	80	81	81	80	81	80	82	81		
18	3553	MUH AGHISTA MAYORI BILLITON	L		80	81	80	80	80	81	80	82	80		
19	3491	NURY INTAN MAHARANI	P		80	80	81	81	81	80	80	82	80	1	1
20	3493	PATRICIA KURNIA DEWI	P		80	80	81	82	81	81	80	82	80	1	
21	3505	RIMA ISNAINNI	P		80	80	81	81	81	80	81	82	81		
22	3521	SHAFADHIA ZAHIRA	P		80	80	81	80	81	81	80	82	81	3	
23	3531	TRI UTAMI	P		80	80	81	81	81	80	80	82	82		
Laki-laki			8												
Perempuan			15												
Jumlah			23												

Bantul,
Guru Mata Pelajaran

PENILAIAN PESERTA DIDIK

PENILAIAN KELAS XI IPS 3

NO	NIS	NAMA PESERTA DIDIK	L/P	Mapel	Sepakbola			Bola Basket			Bola Voli			JUMLAH		
				Aspek	a	k	p	a	k	p	a	k	p	S	I	A
1	3373	AFINA DEA NABILA	P		82	81	80	81	81	80	81	82	80			
2	3561	AISYAH PRISTYA AMARTIWI	P		82	81	80	81	80	81	81	82	80	1		
3	3400	ARKALINGGA AJI FERNANDA	L		82	81	82	82	82	82	82	82	82			
4	3404	BELLA ISNARA	P		82	81	80	81	80	81	81	82	80	1		
5	3407	CRISTI UTAMI FARIDHASARI	P		81	82	83	81	82	81	81	82	81	2		
6	3416	DIANA NOVITASARI	P		81	81	80	80	81	80	81	82	80			
7	3434	FAIRUZ PRABA BHAGASKARA	L		81	81	81	80	81	81	81	82	80			
8	3435	FARID NUR IBRAHIM	L		81	82	82	80	82	82	82	82	82			
9	3547	FERA PUTRI ADINDA	P		81	81	80	81	81	80	81	82	80			
10	3439	FERRY KURNIA DWI ANANTA	L		82	82	82	83	84	84	83	82	82			
11	3446	FRIZA CAHYA PUTRA	L		81	81	81	81	80	81	81	82	82			
12	3456	INDAH SETIYANI	P		82	81	80	81	80	81	81	82	80			
13	3479	NADIA LULU AZIZAH	P		81	81	80	81	80	81	81	82	81			
14	3486	NUR FATIMAH	P		81	81	81	81	81	80	82	82	80			
15	3513	RIZKY YUNANTORO MANDIRI	L		81	81	80	82	81	82	81	82	80			
16	3514	RIZNADIA FITRIA MELLANI	P		81	81	80	81	81	80	81	82	81			
17	3515	RUDIANTO	L		82	81	80	82	81	80	82	82	81			
18	3516	SATRIA MUKTI WIBOWO	L		83	82	82	82	82	82	82	82	81			
19	3518	SEKAR AYU PUTRIANTI	P		82	81	80	81	80	80	81	82	80			
20	3524	SITI NURJATI	P		82	81	80	80	80	81	81	82	80	1		
21	3535	VANESHA NURRACHMA TESNAWATI	P		82	81	82	81	82	81	82	82	83			
		Laki-laki	8													
		Perempuan	13													
		Jumlah	21													

Bantul,
Guru Mata Pelajaran

Laporan dana individu pelaksanaan PPL

No	Kegiatan	Biaya
1.	Pembuatan RPP	Rp. 50.000
2.	Pembuatan soal ujian tengah semester	Rp. 15.000
Total biaya		Rp. 65.000



PEMERINTAH KABUPATEN BANTU
DINAS PENDIDIKAN MENENGAH DAN NON FORMAL
SMA NEGERI 3 BANTUL

Alamat :Gaten, Tlirenggo, Bantul, Bantul 55714 (0274) 6993432

website :<http://www.sma3BANTUL.sch.id> email: sman3bantul@gmail.com

SOAL ULANGAN TENGAH SEMESTER GENAP
TAHUN PELAJARAN 2016/2017
SMA N 3 BANTUL

MATA PELAJARAN : PENJASKES
KELAS : XI IPA/IPS
HARI/TANGGAL :
WAKTU :

1. Permainan bola voli yang bertugas hanya sebagai pemain bertahan saja di namakan...
 - A. Set upper
 - B. Universaler
 - C. Libero
 - D. Smasher
 - E. Tosser
2. Usaha melakukan serangan di atas net pada permainan bola voli dinamakan...
 - A. Servis
 - B. Time Out
 - C. Blok
 - D. Defender
 - E. Smash
3. Nama induk bola voli di Indonesia adalah ...
 - A. IVBF
 - B. PBSI
 - C. PBVSI
 - D. PERBASI
 - E. PVBSI
4. Dalam permainan bola voli pukulan yang tidak diperbolehkan adalah ...
 - A. Bola terkena kepala
 - B. Bola diambil dengan kaki

- C. Bola diambil dengan lutut
 - D. Bola terkena muka
 - E. Double
5. Servis yang bolanya melambung atau mengambang keatas disebut ...
- A. Tennis service
 - B. Service atas
 - C. Floating service
 - D. Overhead service
 - E. Jumping service
6. Tinggi net bolavoli untuk pemain putera...
- A. 2,43
 - B. 2,24
 - C. 2,34
 - D. 2,43
 - E. 2,54
7. Ukuran lapangan bola voli adalah...
- A. 18x9
 - B. 17,5x9,5
 - C. 17.5x9
 - D. 8,5x9
 - E. 18x9,5
8. Perkenaan bola saat melakukan servis atas float...
- A. Samping bola
 - B. Belakang atas bola
 - C. Belakang bawah bola
 - D. Belakang tengah bola
 - E. Atas tengah bola
9. Tinggi net bola voli untuk puteri adalah...
- A. 2,24
 - B. 2,23
 - C. 2,21
 - D. 2,44
 - E. 2,32
10. Usaha melakukan bendungan atau bertahan diatas net saat permainan bola voli adalah...
- A. Smash
 - B. Blocking

- C. Defend
 - D. Passing
 - E. Servis
11. Pemain tengah dalam permainan sepak bola disebut juga ...
- A. Penyerang depan
 - B. Penghubung
 - C. Back
 - D. Penjaga gawang
 - E. Gelandang
12. Apabila terjadi tendangan penalty, bola tersebut menyentuh tiang gawang dan memantul kelapangan. Kemudian bola tersebut ditendang kembali oleh pemain yang sama dan gol, maka gol tersebut dinyatakan ...
- A. Tidak sah
 - B. Pelanggaran
 - C. Gol sah
 - D. Tendangan diulangi
 - E. Menendang mendapat kartu kuning
13. Dalam permainan sepak bola setiap regu mempunyai tujuan yakni ...
- A. Menendang bola
 - B. Memenangkan pertandingan
 - C. Menyerang
 - D. Bertahan
 - E. Menampilkan permainan
14. Penempatan pemain dalam sepak bola disebut
- A. Kombinasi serangan
 - B. Taktik
 - C. Program permainan
 - D. Formasi
 - E. Strategi
15. Dalam permainan sepak bola, formasi 4-4-2 menempatkan pemain penyerang ..
- A. 1 pemain
 - B. 2 pemain
 - C. 3 pemain
 - D. 4 pemain
 - E. Tidak ada
16. Dalam permainan sepak bola, jarak titik pinalty adalah....meter

- A. 12
- B. 9
- C. 11
- D. 8
- E. 10

17. Posisi perkenaan bola yang benar dalam teknik menyundul bola (heading) adalah...

- A. Kepala bagian depan (kening)
- B. Kepala bagian tengah
- C. Kepala bagian samping
- D. Kepala bagian belakang
- E. Kepala bagian atas

18. Ukuran lapangan sepakbola resmi standar IFAB adalah...

- A. 100x50
- B. 110x45
- C. 105x50
- D. 105x49
- E. 105x68

19. Pada abad ke-2 dan ke-3 permainan sepakbola (menendang bola) pertama kali dimainkan di...

- A. Tiongkok
- B. Inggris
- C. Spanyol
- D. Italy
- E. Portugal

20. Sejarah sepak bola di Indonesia diawali dengan berdirinya Persatuan Sepak Bola Seluruh Indonesia (PSSI) di...

- A. Solo
- B. Yogyakarta
- C. Bandung
- D. Jakarta
- E. Semarang

21. Lamanya waktu bermain bola basket adalah ...

- A. 2x10 menit
- B. 2x20 menit
- C. 4x10 menit
- D. 4x5 menit
- E. 10x 3 menit

22. Apabila seorang pemain menembak dari luar daerah bersyarat, maka akan mendapatkan angka sebesar ...

- A. 1 angka
- B. 2 angka
- C. 3 angka
- D. 4 angka
- E. Tidak mendapatkan angka

23. Apabila seorang pemain menembak dari daerah bersyarat, maka akan mendapatkan angka sebesar ...

- A. 1 angka
- B. 2 angka
- C. 3 angka
- D. 4 angka
- E. Tidak mendapatkan angka

24. Lemparan hukuman bebas, mendapatkan angka sebesar.....

- A. 1 angka
- B. 2 angka
- C. 3 angka
- D. 4 angka
- E. Tidak mendapat angka

25. Ukuran lapangan bolabasket standar National Basketball Association adalah...

- A. 28,5x16
- B. 28,5x15,5
- C. 28,5x16,5
- D. 28x15
- E. 28,5x15

26. Pada tahun 1891, Basket dianggap sebagai olahraga unik karena diciptakan secara tidak sengaja oleh seorang guru olahraga yang bernama..

- A. James Smith
- B. James Naismith
- C. Pablo Smith
- D. Silvestre Quardado
- E. Roberto Ramires

27. Usaha pemain melakukan tembakan ke ring dengan diawali langkah panjang disebut...

- A. Pivot
- B. Jump Shoot

- C. Lay up
 - D. Dribbling
 - E. Shooting
28. Jumlah pemain masing-masing dalam permainan softball adalah...
- A. 7 orang
 - B. 10 orang
 - C. 8 orang
 - D. orang
 - E. 9 orang
29. Pemain yang bertugas melempar bola yang akan dipukul disebut...
- A. Pitcher
 - B. Umpire
 - C. Catcher
 - D. Penjaga base
 - E. Strike
30. Apa yang dimaksud dengan bola strike...
- A. Bola lemparan yang berada di atas bahu dan diatas lutut seorang batter dan melewati home palate pada saat batter posisi normal memukul
 - B. Bola lemparan yang berada di bawah bahu dan diatas lutut seorang batter dan tidak melewati home plate pada saat batter posisi memukul
 - C. Bola lemparan yang berada dibawah bahu dan diatas lutut seorang batter dan melewati home plate pada saat batter posisi normal memukul
 - D. Bola lemparan yang berada dibawah bahu dan bawah lutut seorang batter dan melewati home plate pada saat batter posisi normal memukul
 - E. Bola lemparan yang berada diatas kepala dan diatas perut seorang batter dan melewati home plate pada saat batter posisi normal memukul
31. Lamanya waktu bermain softball adalah...
- A. 5 inning
 - B. 6 inning
 - C. 7 inning
 - D. 8 inning
 - E. 9 inning
32. Pitcher hanya boleh melempar salah sejumlah...
- A. 2
 - B. 5
 - C. 7
 - D. 4

- E. 3
- 33. Pukulan yang dilakukan tanpa menggunakan ayunan lengan disebut...
 - A. Swing
 - B. Full
 - C. Fill swing
 - D. Bunt
 - E. Inning
- 34. Dalam permainan softball, pergantian dilakukan apabila regu bertahan berhasil mematikan pemain dari regu penyerang sebanyak... Orang
 - A. 3
 - B. 4
 - C. 2
 - D. 6
 - E. 5
- 35. Runner boleh berpindah ke base selanjutnya ketika...
 - A. Bola lepas dari tangan pitcher
 - B. Strike
 - C. Ball
 - D. Foulball
 - E. Bola lepas dari catcher
- 36. Keberhasilan suatu bendungan (blocking) tergantung pada
 - A. Perkiraan bola dan hasil loncatan yang tinggi
 - B. Jangkauan lengan dan prediksi datangnya bola
 - C. Perkenaan bola dan tumpuan yang kuat
 - D. Loncatan yang tinggi dan jangkauan lengan
 - E. Teknik memblok yang konsisten
- 37. Pada saat melakukan bendungan, tangan pemain digerakkan dengan kuat dan lengan berada didekat dengan net. Teknik bendungan ini disebut
 - A. Bendungan satu pemain
 - B. Bendungan dua pemain
 - C. Bendungan tiga pemain
 - D. Bendungan pasif
 - E. Bendungan aktif
- 38. Teknik menembak yang dilakukan seperti menyimpan bola ke ring basket disebut
 - A. Tembakan satu tangan diatas kepala
 - B. Tembakan lay up

- C. Tembakan meloncat dengan dua tangan
 - D. Tembakan kaitan
 - E. Tembakan dari samping
39. Saat menyundul bola kepala harus
- A. Ditegangkan
 - B. Dikendorkan
 - C. Dilemaskan
 - D. Diputar ke samping
 - E. Diputar ke depan
40. Berikut yang tidak termasuk teknik lemparan pada permainan sepakbola adalah
- A. Bola dipegang dengan kedua telapak tangan
 - B. Lemparan dilakukan dari atas kepala
 - C. Kedua kaki berpijak ditanah
 - D. Bola dilempar ke arah lapangan permainan
 - E. Bola dilempar dengan keras dan cepat
41. Teknik menembak yang dilakukan pemain dari sisi badan dengan satu tangan adalah
- A. Tembakan satu tangan di atas kepala
 - B. Tembakan lay up
 - C. Tembakan meloncat dengan dua tangan
 - D. Tembakan kaitan
 - E. Tembakan dari samping
42. Pencipta permainan bola basket adalah
- A. James A. Naismith
 - B. Willism G. Morgan
 - C. DR. Luther
 - D. DR. Gullick
 - E. Per Hendrik Ling
43. Induk organisasi bola basket internasional adalah
- A. FIFA
 - B. FIBA
 - C. FITA
 - D. PERBASI
 - E. IBF
44. Pada umumnya gerak tipu dilakukan dengan
- A. Gerakan ayunan badan
 - B. Ayunan badan dan berhenti tiba-tiba

- C. Berhenti tiba-tiba dan gerakan melompat
 - D. Gerakan melompat dan berlari cepat
 - E. Gerakan kaki, ayunan badan, dan berhenti tiba-tiba
45. Permulaan permainan bola basket biasanya didahului dengan
- A. Pivot
 - B. Jump shot
 - C. Jump ball
 - D. Lay up
 - E. Rebound
46. Berikut yang bukan termasuk tujuan menggiring bola dalam permainan bola basket adalah
- A. Memperlambat permainan
 - B. Mengacaukan pertahanan lawan
 - C. Menyusup pertahanan lawan
 - D. Memasukkan bola ke dalam ring basket
 - E. Cepat menuju ring basket lawan
47. Pada saat melakukan passing atas, jari-jari terbuka membentuk
- A. Lingkaran
 - B. Segitiga
 - C. Setengah lingkaran
 - D. Segi empat
 - E. Kerucut
48. Untuk mengamankan bola dari lawan, dilakukan teknik memutar tubuh, teknik tersebut disebut
- A. Lay up
 - B. Dribbling
 - C. Pivot
 - D. Shooting
 - E. Walking
49. Suatu pertandingan dimenangkan oleh regu dengan kemenangan sebanyak
- A. Dua set
 - B. Tiga set
 - C. Empat set
 - D. Lima set
 - E. Tergantung pada peraturan pertandingan

50. Serangan yang direncanakan dan dibangun dari awal sampai akhir (finishing thought) disebut

- A. Fast break
- B. Set offence
- C. Shuffle
- D. Pivot
- E. Rebound

SELAMAT MENGERJAKAN

Proses belajar mengajar











Kegiatan lustrum sekolah





Kegiatan gotong royong



Hari Keistimewaan Yogyakarta



Kesibukan di Hall SMA N 3 Bantul



Acara Teater di SMA N 3 BANTUL



PPL SMA N 3 BANTUL

**PPL Universitas Negeri Yogyakarta 2016
SMA N 3 Bantul**



